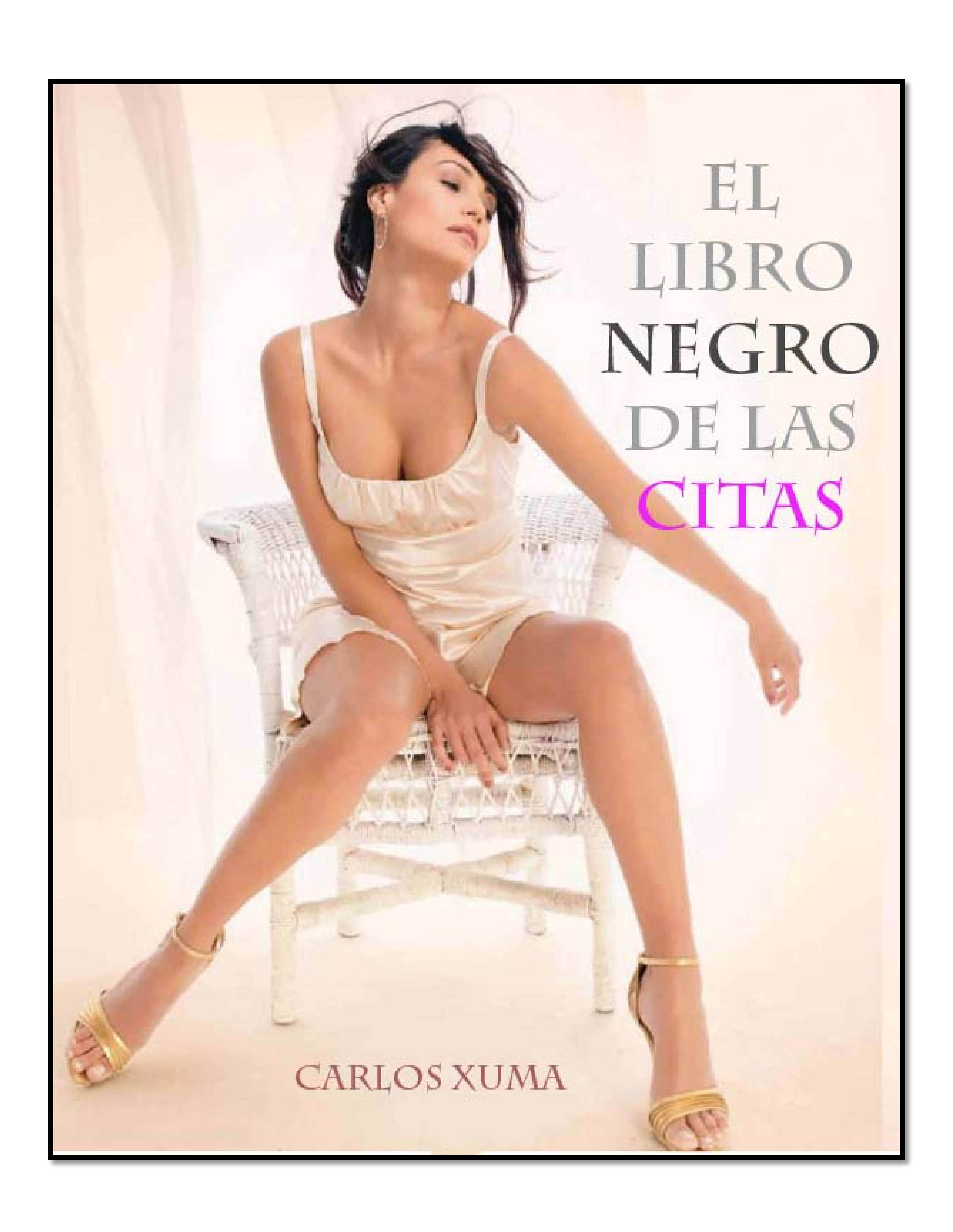

EL
LIBRO
NEGRO
DE LAS
CITAS
CARLOS XUMA

*For Shirley …*

Vea las cosas como **son**, no como le gustaría que fueran…

**N**otas del Traductor:

Este manual se empezó a traducir en Marzo de 2009 y se terminó en Enero de 2010 para dar publicidad a la obra comercial de Carlos Xuma. Si piensas que los derechos del autor han sido dañados o perjudicados puedes comprar un original en cualquier tienda online o directamente al autor en www.datingdynamics.com

KunFuchanel quiere dar especialmente las gracias a Rubram, sin cuyos consejos de asesoramiento no habría podido terminar este trabajo.

## Contenido Abreviado

## PREFACIO: EL ESCORPIÓN Y LA RANA

Una de las grandes historias de la filosofía oriental habla de dos animales: un escorpión y una rana. La historia cuenta que un día un escorpión estaba atrapado en la orilla de un río, y necesitaba pasar al otro lado. Pidió a una rana que vio saliendo del agua que le cogiera para cruzar. La rana se negó. "Tú eres un escorpión", dijo la rana. "Si te llevo encima, me picarás". El escorpión dijo que eso era una locura, por supuesto que no le picaría porque entonces se ahogaría en el río y también moriría. La rana se lo pensó y estuvo de acuerdo en que no tenía sentido. Dejó que el escorpión se subiera en su espalda y empezó a nadar en el río. Cuando la rana estaba a medio camino, el escorpión la picó. Mientras la rana se moría y ambos empezaron a ahogarse, le preguntó al escorpión por qué lo hizo. "Es mi naturaleza. Soy un escorpión", dijo. "Los escorpiones *picamos*".

La interpretación de la historia es que cada criatura tiene una naturaleza, y nadie puede discutirla o pretender cambiarla. Debes aceptarla como es. Por ejemplo, la naturaleza de mi perro es que sólo ladra, nunca me hablará en mi idioma. Esperar otra cosa no sólo sería alocado, sino que me decepcionaría para el resto de mi vida. Estaría esperado de él algo que *nunca* hará.

Lo mismo ocurre con nuestras expectativas sobre las mujeres. Ellas tienen una naturaleza, la cual estamos a punto de analizar y discutir. Negarse a aceptar estas cosas supone frustración, ansiedad e ira. Hay ciertos rasgos que la gente tiene, y nadie puede desear o esperar que sean diferentes; sólo pueden ser aceptados. Si el comportamiento de alguien te enfada o te pone tenso, entonces es ***tu*** culpa, no la de ellos. Eres tú el que reacciona.

Recuerda ver las cosas como son, no como **te gustaría que fuesen**. Sé lo suficiente valiente como para enfrentarte al Principio de Verdad.

# INTRODUCCION

Estará probablemente impaciente por zambullirse en los contenidos del libro, pero hay mucha información en esta sección que querrá saber. Tal como:

¿Qué aprenderá?

¿Cómo el libro le va a ayudar?

¿Por qué debería escucharme?

¿ De dónde vino toda esta información?

**El ejército Victorioso gana primero y luego busca la batalla.**

**El ejército Derrotado lucha primero y luego busca la victoria.**

**Sun Tzu**

Voy a suponer que sea un ganador. Debe serlo. ¿Cómo lo sé? Porque hace cosas que la mayor parte de los hombres **no harán**: buscar un mejor entendimiento de las mujeres y las relaciones. Piense en esto, las mujeres tienen todas las ventajas por encima de los hombres en materia de relaciones. Ellas están criadas en una dieta de chisme y socialización con sus amigas para aprender cómo funciona todo esto. Las mujeres comparten la información libremente, y ellas se echan una mano las unas a las otras.

¿Los hombres? Estamos absolutamente solos aquí fuera, supongo que forma parte de nuestra naturaleza estoica. ¿Cuándo fue la última vez que le preguntó a un amigo como manejar una situación de relación? Y si lo tiene, que es raro, apostaría a que la información que consiguió era tan útil como una película porno presentada por Rosie O'Donnell. Los hombres estamos socializados como individuos, que confían en sus propios ingenios y artimañas.

Aquí está lo que vamos a hacer: vamos a usar nuestras fuerzas masculinas, del mismo modo que las mujeres han usado el suyo durante innumerables siglos, y vamos a jugar a su juego según nuestras reglas. Voy a mezclar un poco de Filosofía Oriental, algunas técnicas de ventas y persuasión, algo de psicología, y algo más que pueda encontrar para darle alguna ventaja. Voy a darle consejos, orientación, cosas específicas a decir, situaciones, bromas y trampas, ajustadores de actitud mental, inspiración, sabiduría de la mejor, y modelos a imitar. Esto viene del mundo **real**, no de otro libro de la sección de autoayuda sobre cómo ganar los afectos de una mujer. No necesita ser *feminizado*; necesita la información para tomar las decisiones correctas y dar a las mujeres lo que ellas realmente buscan.

Voy a darle la información que necesita para que tome las mejores decisiones en el mundo de las relaciones y las citas. Este programa le ayudará a entender a las mujeres, conseguir más citas, y tener más éxito. Mire, **su objetivo es por ahora citarse con suficientes mujeres para ganar más experiencia, determinar lo que busca, y tener la seguridad suficiente en sí mismo para *conseguirlo*.** No trate cada experiencia con una mujer como si tuviera que conservarla para siempre. (Está bien hasta ahora no tener otro propósito que el de las citas.)





Cuando se cita con unas pocas mujeres, como la mayor parte de hombres hacen, cae víctima de ideas falsas y espirales amargas, que merman su capacidad de conocer a más mujeres. Cuando conoce y se cita con muchas mujeres, tiene la capacidad de aprender más sobre lo que funciona y lo que no, encontrar aquellos rasgos que desea frente a los que no, tomar el control de su experiencia en las citas, es tomar el control sobre usted.

Lo he intentado todo. Lo bueno y lo malo. Me he afiliado a los servicios de citas, hechos las singles bars, las citas on-line, coloqué anuncios personales, y asistí a la speed-dating. Debo darle aquí el conocimiento y la experiencia de más o menos 20 años de en el mundo de las citas. He cometido muchos errores, y he tenido mucho éxito. La verdad es que aprendí mucho de los fracasos, así que escribí esto para salvarle de aquel dolor y darle todas las ganancias. Siento que tengo un don para ver las dinámicas que funcionan entre hombres y mujeres, y quiero extender esta palabra de modo que los hombres y las mujeres se beneficien.

Tome lo que le doy **y poséalo**. Hágalo personal y auténtico, memorícelo, vuélvalo a escribir, y luego póngase a trabajar. Considere esto el dojo - el cuarto de formación en la cual a está a punto de entrar. Este libro le dará los mejores movimientos de las artes marciales. Su Kung Fu será el mejor.

Cuando hayamos terminado, va a tener el conocimiento que la mayor parte de los hombres sólo vislumbraran y que nunca entenderán. Recuerde las palabras de Goethe:

**"El conocimiento no es suficiente, debemos aplicarlo.**

**Querer no es suficiente, debemos hacer."**

Y el consejo que le ofrezco,

**Si sigue haciendo lo que ha estado haciendo hasta ahora, conseguirá lo mismo que hasta ahora.**

## ¿Cómo se diferencia este libro de otros "sistemas" ?

Otros "sistemas" están por lo general basados en una premisa defectuosa - que hay una regla única para todas las circunstancias, y que el hombre y la mujer pueden relacionarse independientemente del otro. No hay una única regla, y las interacciones macho-hembra siempre son ***Dinámicas***. Sin embargo, hay muchos temas comunes, y éstos pueden ser entendidos. Procuraré darle el conocimiento fundamental de situaciones que con mayor probabilidad se encontrará, y por qué está en ella. Tiene que considerar la patología - la desviación de una condición normal - de sus circunstancias. Una vez que entienda estos fundamentos, podrá hacer el suyo propio, usando un poco de pensamiento crítico. A menudo, todavía necesitará un ejemplo, y este programa se los proporciona también.

No apoyo estos métodos para ser usados de un modo ciego y religioso. Tome la psicología y las circunstancias propias de su situación, conecte su nuevo conocimiento con la motivación, y tomará mejores acciones. No será perfecto, pero sí *mejor*. Las Citas Dinámicas es un sistema que entiende que los hombres y las mujeres no existen en un vacío.

## ADVERTENCIA:

No soy doctor, tampoco he sido un profesional de las relaciónes o un terapeuta. Lea este libro bajo su propio riesgo. Si necesita un certificado de unas Autoridades para creer lo que estoy a punto de decirle, entonces devuelva este libro ahora. Reembolsaré su dinero y no tendremos que perder más el tiempo. Sin embargo, si puede entender que el mejor consejo que consiguirá a menudo no es profesional, sino de alguien que no tiene que seguir a una institución, entonces por favor lea cada palabra. Le prometo que esto será un viaje increíblemente profundo e inestimable en el mundo de las mujeres, las citas, y el sexo.

Déjeme ser claro, no hay nada de malo en los terapeutas y en los "expertos", a los que tiernamente me refiero. Ellos lo intentan realmente con fuerza, pero su profesión a menudo los perjudica. Verá, ellos sienten que tienen que decirle el modo que *debería ser*, más bien que el modo que **realmente** es. Ah, seguro, podríamos discutir sobre qué es la Verdad hasta remontarnos a Sócrates y Platón y hablar eternamente, pero usted necesita instrumentos **ahora**. Una vez que entienda totalmente y acepte el Principio de Verdad, estará listo para dar zandas increíbles hacia el éxito con las mujeres.

**Lo que es conocido por todos no es "sabiduría"**

**Wang Xi – El Arte de la Guerra**

## OTRA ADVERTENCIA:

Usted lucha por el control de sus pensamientos. Vivimos en una sociedad decididamente femenina. ¡Sé, que se estará dando palmadas en su frente y diciendo: "¡Pero los hombres son los violentos! Los hombres son la causa de todos los problemas. ¡Ellos pegan a sus mujeres! ¡Ellos comienzan las guerras! ¡Y las mujeres todavía ganan menos dinero!"

Compruebe la Verdad: las Estadística y los estudios (remontándose al menos a 1978 – Dra. Suzanne Steinmetz) indican que los hombres son insultados tanto como las mujeres. Quizás más, desde que los hombres tienen miedo de ser "menos hombres" por relatar estos incidentes. Muy pocos de estos incidentes abusivos implican a mujeres que actúan en defensa propia.

Compruebe la Verdad: las Mujeres controlan los medios y los mercados por su poder adquisitivo. ¿Quién compra la mayor parte de los libros de ficción y no ficción? ¿Por qué hay tantas películas de chicas? ¿Alguna vez se preguntó cómo un libro con un título como "Cómo desacerte de ese chico estúpido" pudo ser impreso? Pero si un libro se titulara "Como Entender las Oscilaciones del Humor Femenino" habría protestas, motines y programas de debate. Como las compañías de libros están en el negocio de hacer dinero, no publican conocimientos y Grandes Verdades. Ellos hacen lo que les pagan por hacer, por sus clientes. Las mujeres compran la mayor parte de los libros publicados cada año. Considere libros sobre el romance. El romance generó 1,52 billones de dólares en ventas en 2001, el 18 % de todos los libros vendidos fue de romance de ficción y el 54 % de toda las ediciones de bolsillo. De estos lectores, el 93 % era mujeres, y la mitad de ellas estaba casada. (*Source: www.rwanational.org Estadística de Industria.)

Se ha producido un cambio en la cultura americana, más cercano a la sensibilidad femenina. No todo esto es malo, pero no se deje engañar y crea que lo que las mujeres quieren es un hombre con la sensibilidad femenina. Hablaremos de lo que es un Buen Chico, y por qué sus génes no estarán en la siguiente generación.

No puedo decirle cuantas miradas de asombro recibo de la gente cuando averiguan que estoy en el campo de los consejos sobre las citas- tanto de mujeres como de hombres. Se ríen, me prueban, y tratan de desafiar mi convicción sobre por qué aconsejar sobre las citas es necesario. Cuando les pregunto como les va a ellos en el mundo de citarse con mujeres, oigo un silencio familiar que grita lo obvio: **Ellos no se citan con nadie, y/o ellos desesperadamente quieren saber cómo hacelo mejor.** Por supuesto muy a menudo ellos racionalizan su situación, como si su sequía fuera a propósito. Sí, ellos *quieren estar* solos y dormir solos. Así que saludo con la cabeza y sonrío, riéndome para mí.

Estoy en una misión …

**Quiero cambiar su vida.**

Así es. Quiero cambiar su vida - para *mejor*. Por eso estoy aquí, y por eso sudo esta materia cada día. He estado allí. He ido a innumerables citas del infierno. Me he quedado muchas noches solo, sentado en casa, ahogándome en cerveza importada y viendo "Depredador" por enésima vez y preguntándome por qué no me había acostado este año con ninguna mujer. Me he sentado con lágrimas en los ojos llenas de frustración, tirándo de mi pelo por las raíces y preguntándome “¿Por qué? ***¿Por qué***? ¿Por qué ellas me hacen esto a mí?” He pasado por un dolor extraordinario, así como por un éxito extraordinario, y debo decirle que ***el éxito es mejor***. Aquel sólo merece el precio del cambio, y pretendo proveerle de entendimiento e instrumentos para hacerlo posible. Quiero que se haga un Hombre Dinámico.

He leído libros de todos los “expertos”. De John Gray a Barbara DeAngelis. Aprendí lo que pude, pero ellos realmente nunca me dijeron la Verdad.

Entonces, como un Moisés que tropieza con la zarza ardiente, y tan profundo como una experiencia religiosa. La revelación fue simple, pero cambió todo lo que pensaba sobre las citas y las mujeres.

*Deja de engañarte por lo que* debería *ser y ponte a FUNCIONAR.* ***Los resultados*** *son todo lo que importa.*

No hay ningún premio de consuelo que se sienta tan bien como ganar. (Y, sí, usted **puede** llevar a cabo todo esto con integridad, carácter, y honor.)

De este modo, continué con más citas, relaciones más buenas y menos buenas, pero ahora algo había cambiado. Tenía más control de lo que hacía, y mi auto-confianza se disparó. Las mujeres ya no me intimidaban. Comencé a compartir consejos con familia y amigos, y he estado escribiendo sobre el tema durante varios años, incluso artículos para sitios Web, moderando un foro de consejos sobre citas, y aconsejando a otros principiantes on.line y vía e-mail.

Comencé como un estudiante de motivación humana y principios de éxito, estudiando a Dennis Waitley, Earl Nightingale, Napoleón Hill, Tony Robbins, y otros. He estudiado la persuasión y la psicología, usándolo para ventas. También soy estudiante de filosofía Oriental - Zen, budismo, Taoísmo y artes marciales, a los que le he dado un enfoque refrescante y claro. Nada de cristales extraños, cantos o mantras de meditación. Sólo la Verdad, amigos. Las Citas son un arte indirecto, y estaría asombrado de como la sabiduría Oriental dirige todo esto.

**Déjeme decirle lo que este libro no es:**

No va de estrategias para acostarse rápidamente con una mujer, o como otra oferta más de seducción rápida. No le voy a decir aquí cómo conseguir sexo rápido por hipnosis. (Ah, pero no se preocupe. ¡Lo conseguirá con más frecuencia que siguiendo su viejo camino!) Esto no es una estafa, una moda, un chanchullo, o un juego de manipulación. No voy a mostrarle como manipular o dañar a las mujeres.

Le voy a mostrar como ganar el juego de las relaciones en estos críticos primeros meses de citas. Le mostraré como reclamar su masculinidad y amor propio, y no sólo en el tema de las citas, sino también en el de su vida.

Las citas son *dinámicas*. No es sólo un hombre y una mujer que actúan aisladamente; es un baile y la interacción de dos personalidades separadas, y resulta que es infinitamente más complejo de lo que la mayor parte de las personas se imaginan. Cada situación es única, y cada interrelación es una oportunidad de aprender. Una vez que asimile los conceptos que le pasaré en el programa de Citas Dinámica, ganará los fundamentos para el éxito con las mujeres de por vida. No puedo darle la respuesta a cada situación, pero puedo darle los factores de éxito críticos y un entendimiento de los fundamentos.

Este libro no muestra mal a las mujeres, como el mal, o como un adversario. En verdad, las mujeres serán sus aliadas, o no estaría aquí en este juego. Las mujeres son una bendición, y una maravillosa *adición* a nuestro mundo, entienda quke ellas no son una cura para todo lo incorrecto que hay en su vida, incluso su soledad. Tampoco son el centro de su vida.

Las mujeres son maravillosas, pero también son falibles. No son mejores o peores que los hombres. Son humanos, justo como nosotros, pero también diferentes a los hombres, tanto física como mentalmente. Por los conceptos cubiertos en este libro, creo que las encontrará mucho menos intimidantes que antes, y verá que aquellas diferencias también pueden funcionar a su favor.

## ¿Cómo Usar Este Libro?

Este libro es un manual de referencia, y debería tratarlo como tal. Cuando tenga un encuentro o una cita, lea las secciones que le ayuden a tener sus objetivos en mente. Cuando las cosas no funcionen, vuelva aquí para averiguar lo que hizo mal.

Lea este libro al menos cuatro o cinco veces para familiarizarse con el contenido. Repita los conceptos críticos varias veces, pase por ellos varias veces. Imprímalo. Léalo activamente, lo que significa tener un subrayador y un lápiz en su mano en todo momento.

Use esas banderas adhesivas para las áreas de importancia. Escriba notas en el margen. Le diré esto varias veces: lleve un diario de sus experiencias de modo que pueda aprender a lo largo del camino. Encontrará sus propias experiencias valiosas cuando comience a pensar críticamente en como se relaciona con las mujeres.

La mayor parte de los hombres que se citan con mujeres lo hacen instintivamente, y nunca realmente piensan sobre lo que funciona y lo que no. El Hombre Dinámico siempre usará lo que él sabe, observará los resultados, ***y pensará*** en su siguiente paso.

---

Tiene que abrazar y buscar el cambio en su vida, o no conseguirá las cosas de las cuales es capaz. Este material funciona sin excepción **-** ***si lo aprende y lo usa***. Esto ha funcionado para mí y para otros innumerables hombres más, pero sólo tiene que hacer una cosa para conseguir que esto funcione:

**Intente enfadarse un poco.**

La mayor parte de los cambios en su vida no ocurrieron hasta que estuvo bastante indignado para hacer algo al respecto. Así el verdadero cambio pasa por su vida, cuando finalmente dice “ya es suficiente”. Estoy harto de esto, y quiero cambiarlo. La cólera, la frustración, y todas las otras emociones apasionadas, activan el combustible para el cambio. Úselo para su beneficio.

Déjeme darle un pequeño consejo que resistirá el paso del tiempo:

**No tome ningún consejo de alguien que no hace las cosas que usted quiere hacer, o viviendo la vida que usted quiere vivir.**

Un gerente mío en el negocio de servicios financiero me dijo una vez, “Sabe, siempre que vaya buscando un consejo sobre como hacer dinero o invertir, iré buscando al tipo con el montón más grande de dinero. Y le escucharé. No al agente de bolsa quebrado y endeudado hasta las orejas. *Escucho al tipo que tiene lo que quiero*.”

Piense en ello: Si quiere aprender Artes Marciales, va a un dojo y aprende de un cinturón negro. Si quiere aprender a conducir un camión de dieciocho ruedas, va a una escuela donde lo enseñan. Entonces tiene que dirigirse a hombres que consiguen mujeres, entonces tiene que hacer las cosas que ellos hacen y se comportan como hombres que consiguen mujeres. Tengo esa experiencia, y compartiré lo que tengo, y debería esperar encontrar a otros también.

No puede ser capaz de cambiar el mundo, pero ***puede** cambiarse así mismo*. No confunda lo que quiere de la vida como una traición o falta de sinceridad en su carácter. Recuerde, sin un plan, realmente dice: “yo prefiero seguir atornillando a arriesgar el cambio.”

**¿Cómo de vivo quiere estar?**

# COMENZANDO- ENTENDIENDO LAS RELACIONES.

Déjeme comenzar diciendo que creo que Darwin tenía mucho en la cabeza. Incluso si la evolución no es el determinante **primario** en el progreso de una especie, es seguro que *aquellos que se adaptan y aprenden a prosperar en un ambiente sobrevivirán y conseguirán influir en la siguiente generación*. No hay ninguna herejía. Aquellos que ganan las guerras escriben la historia. Aquellos que viven, dejan su herencia de muchos modos diferentes.

Las mujeres y los hombres somos diferentes, pero no tan diferentes que no podamos entendernos el uno al otro. Nuestra forma física no ha tenido que evolucionar mucho durante los años para acomodarnos a la supervivencia (últimamente he comprobado que no tengo garras o visión nocturna), pero hemos tenido que desarrollar nuestro modo *de pensar*. Nuestro cerebro se ha desarrollado para facilitar el razonamiento a muchos niveles, y las enseñanzas que pasamos tendrían que evolucionar también. ¿Qué pensamos de nosotros, de nuestro mundo, de todo? En resumen, la sociedad y los padres, enseñan a nuestros hijos las habilidades/creencia que deben tener para sobrevivir. Lo que funciona se usa.

Creo que las mujeres son quienes son y se comportan del modo que lo hacen debido a la evolución biológica y social. Se basan en las emociones y en muchos casos en lo irracional. Pero, **pueden** ser entendidas, y esto significa que realmente hay una lógica *irracional*. Tiene sentido en su propio contexto. No es la lógica del hombre; es la lógica de la mujer.

Las mujeres no se parecen a los hombres en su pensamiento sobre sexo y relaciones. Tendrá que aceptar esta Verdad. Muchos hombres han perdido mucho tiempo de sus vidas tratando "de descifrar" a las mujeres, o comprenderlas. Pero no tiene que entender nada, sólo aceptarlas como son y tomar desde ahí. Una vez que observe el comportamiento femenino y deje de ponerlo en **sus propios** términos podrá ir más allá de los comportamientos que antes le restringían.

Las cosas que estoy a punto de decirle darán la estructura a unos conceptos que antes le eran ajenos: mujeres, citas y relaciones. Haré esto enseñándole técnicas y estilos que le permitirán desarrollar sus propias habilidades.

En la primera fase de las citas, el momento más inestable, entre conocer a una mujer y su décima cita, estará en una región muy arriesgada. Necesitará la estructura y el método de navegar estas aguas traidoras. Más tarde, sin embargo, si encuentra que realmente quiere desarrollar una relación con una mujer, tendrá que dejar un poco el artificio, y progresar hacia un vínculo más íntimo. Algunas de las cosas que le enseñaré, no tienen fecha de caducidad y pueden ser usadas más allá del matrimonio hasta el final de sus días con ella.

## Todo se Vende

Para participar en la vida, deberá ser un vendedor. Los mejores vendedores saben que tienen que **creer** en su producto y tenerlo interiorizado.

Todo que hace en la vida es ventas.

¿El producto? **Usted**.

Cuando lanza una idea en el trabajo, se vende a sí mismo. Cuando va a una entrevista de trabajo, se vende. Cuando trata de hacerse amigo de un perro o un gato, se vende. Y cuando entra en el mundo de los solteros y conoce mujeres, usted se vende en la manera más extrema. (Mire a alguien que está casado, y sólo intentar y decirme que uno de ellos no vendió el otro.)

Sólo recuerde que la persuasión humana no es más que una promoción de ventas muy complicada. Las citas requiere que usted crea en su producto **absolutamente**, o su sinceridad no será bastante para prevalecer.

## El Principio de Verdad

En la introducción insinué algo que llamo el Principio de Verdad. En pocas palabras, la Verdad es el **resultado de todo lo que importa y no discute con la realidad.** Nada más importa, al final. Si quiere una cita con una fantástica pelirroja, y no lo consigue, simplemente no lo consiguió. Final de la historia. Puede inventarse ficciones inteligentes sobre por qué ella no salió con usted, pensar en su infancia traumática y que esto le condujo a ser tímido y poco hábil con las mujeres. Pero al final, tiene que tratar con los resultados que consiguió. Algunos hombres se sentarán durante días tratando de argumentar sus pensamientos y nunca llegarán a nada, volviéndose locos y obsesionados. Será tentado, ay amigo mío, a encontrar excepciones a lo que le digo, o encontrar alguna otra razón de por qué esta muchacha es *La Única*, si sólo pudiera encontrar un modo *de hacérselo* ver.

No vaya por ahí.

Hace lo que puede con lo que tiene, y afronta la realidad de los resultados que consigue. Use estos resultados para mejorar, ajustar su curso ligeramente, y **conseguirá** lo que quiere. Garantizado. Si su convicción es lo suficientemente fuerte, será capaz de resistir al constante bombardeo de negatividad que el mundo le da. **Crea en algo.** Yo creo en la información que voy a darle, y quiero evangelizar por esta causa. No soy un fanático y ciego a otra información u opinión, pero he hecho una apuesta y es aquí donde voy a comenzar.

En el budismo - así como muchísimas otras religiones y filosofías - la auto-ilusión es vista como la base del sufrimiento de todos los hombres. Todo el dolor puede ser definido como el desear cosas diferentes de lo que realmente son. ¿La respuesta a esta angustia? **Aceptación**. Debe afrontar *lo que es*, no *lo que quiere*. (O lo que *debería ser*.)

Un ejemplo:

> Joe sale a un bar. Se acerca a Janet y comienza a hablar con ella. Le habla todo el rato sobre su coche, su casa, su sueldo, él mismo, bla bla bla, durante los diez minutos siguientes. Cuando él está listo para irse, le pide su número de teléfono. Janet sonríe y dice, darme tu tarjeta y te llamaré. Joe se complace, muy contento de presentar su nueva tarjeta de visita de fantasía, y se va a casa.
>
> Joe nunca más tiene noticias de Janet. Él piensa, ¡eh!, ella debe ser una lesbiana/frígida/bicho raro. Joe sale la siguiente noche, con los mismos resultados una y otra vez.

Joe sufrirá hasta que se pare a pensar y encare la Verdad de que él tiene que **cambiar su comportamiento** y comenzar a escuchar para mejorar su situación, y hacer esos cambios. Pero si su ego está demasiado magullado, o su amor propio está hecho una porquería, siempre será más fácil pensar como Joe, que el mundo está contra usted, más bien que estar enfrente del hecho de que tiene que aprender una nueva habilidad.

A riesgo de sonar a uno de esos Expertos, propongo que en primer lugar debería comenzar a trabajar su amor propio. Esto será el tema de la primera sección. La razón de que esto sea tan importante consiste en que por último *su felicidad no **d**epende de tener una mujer en su vida*. No es ella, realmente; es como le hace sentir ella. Lo contrario también es cierto cuando exploremos la psicología femenina. Debe sentirse bien consigo mismo antes de conocer y citarse con mujeres, tendrá más éxito, y estará mejor preparado cuando las cosas se pongan difíciles.

Hay chiste sobre el tipo borracho que llama a su ex-novia a las 2:00 am y le dice como la odia, que es una mala mujer … *pero* que todavía hay una posibilidad si ella quiere intentarlo otra vez.

No sea él.

## El Círculo Vicioso del Deseo Sexual Masculino

¿Por qué renuncian los hombres a todo su poder por tener sexo con una mujer? Si puede entender el círculo vicioso que enmaraña la postura masculina y su confianza, podrá vencer esta creencia restrictiva y tener éxito duradero con las mujeres.

**El hambriento nunca se alimenta… sin embargo, aquellos que no siempre quieren tienen abundancia.**

Piense en sus comportamientos con las mujeres por un momento. Si un hombre ha estado experimentando mucho dolor y poco éxito, sus pensamientos sólo son que él quiere citas y sexo con mujeres, y cuanto más lo desea, más se le escapa. La razón consiste simplemente en que cuantos más hombres quieren y se obsesionan por conseguir mujeres, menos consiguen.

La situación inversa sucede cuando casi nunca piensa en obtener una cita o sexo, **y así es cuando lo consigue**. Sólo quiere sexo de mala manera *porque no lo está consiguiendo*. Así comienza el círculo vicioso del deseo, acercándose demasiado rápido y demasiado fuerte, y posteriormente no consiguiendo nada, y el deseo aumenta un grado más. Etcétera.

Déjeme darle una perspectiva diferente. El hombre que consigue citas regularmente sin toda la carga que suponen las expectativas y los deseos, se relaja lo suficiente como para parecer deseable a las mujeres. Como resultado, muchas mujeres están interesadas y le dan una oportunidad. Él consigue más relaciones y satisface sus necesidades sexuales, y nunca termina por necesitar sexo. Está listo para que le quieran. Él no tiene hambre, entonces se alimenta.

¿Dónde está el truco? ¿cómo se supone que un hombre salta de un lado del círculo (deseo-necesidad-frustración-más deseo) al otro?

Tiene que romper el ciclo y saltar. Tiene que hacer lo que se llama un salto cognitivo, donde retrasa la gratificación (no la entierra o la niega, sólo lo mantiene en reserva) y renunciar a cualquier clase de la saciedad. Algunos hombres hacen esto satisfaciendo sus pasiones en otra parte, como tocar música o escribir, o incluso trabajar en los coches, y dejando su necesidad de mujeres hasta casi desaparecer. Una vez que entran en ese estado, pueden salir entonces y conocer mujeres sin proyectar su necesidad. Las mujeres bajan sus guardias con esta clase del hombres porque él ha conseguido lavar su apestosa desesperación.

Conseguiremos retrasar la satisfacción cuando entendamos lo suficiente las reglas del juego. En ellas tenemos que dejar de lado nuestra necesidad por los resultados. Si ha pescado alguna vez, sabrá que no siempre atrapa un pez con cada tiro de caña. De hecho, raramente lo conseguirá. Es cuando tira el anzuelo una y otra vez, sin preocuparse por si el hilo viene vacío, cuando entonces comienza a refinar su cebo, su intuición sobre donde tirarlo y cuando, y saber qué hacer cuando pican el anzuelo.

## El Factor Confort y el Síndrome de Novedad

¿Por qué nos engañamos y cubrimos la Verdad con mentiras? Principalmente porque buscamos la comodidad como una parte natural de nuestra existencia. La vida no ofrece muchas comodidades, físicas o psicológicas. Estamos obligados a encontrarla nosotros mismos, y si no podemos encontrarla, la fabricamos. Es más fácil hacernos sentir mejor que el riesgo de sentirse peor.

De este modo, ¿qué hace tan única las primeras semanas en pareja o los meses de citas que lo hacen un tiempo tan volátil para una relación? Considere esto: en las etapas tempranas de conocer a alguien, determinar si existe química entre ambos y continuar con la energía correcta, son sobre todo un arte, no una ciencia. Es dirigido con la más primitiva de las emociones humanas y procesos psicológicos. Esta es una zona donde a los "Expertos" les gusta pensar que saben lo que continúa. Pero si hace caso, casi ninguno de los libros se dirige a la realidad del descubrimiento de alguien hasta ahora. Todos ellos cubren las etapas tardías, donde la pareja ha pasado aquellos primeros meses torpes de lujuria y buenos momentos y descubren que aún tienen que trabajar para mantenerse juntos. Demasiado a menudo, la gente se queda junta en este punto porque recuerdan con fuerza las duras etapas iniciales de las citas.

Al principio, los primeros 60 días más o menos, también están sujetos a lo que llamo *el Síndrome de Novedad.* La novedad, una emoción excitante llena de posibilidades, le lleva a cubrir sus ojos y decirse algunas mentiras. Rechazará reconocer las señales de advertencia cuando lleguen, y si continua a pesar de todo, sólo le resta prepararse para el dolor.

Recuerde que **todo** lo nuevo finalmente se hace viejo. Cada coche que ha poseído alguna vez perdió su brillo y lustre. Cada relación que ha tenido alguna vez finalmente terminó de una manera u otra. ¿Por qué? Porque su nivel de atracción e interés en ella han bajado una vez que usted lo dio todo por sentado. Las relaciones a largo plazo requieren un cierto nivel de reinversión, y hablaremos más tarde de esto.

Las primeras etapas (las primeras 10 citas) son la parte más delicada, y es un área que propongo se pueden abordar con un poco de ciencia. Cuando puede dividirlo, analizarlo, y definir el proceso en pasos concretos, con menor probabilidad caerá en la trampa del "mejor que nada". Siempre habrá errores que tendrá que hacer para aprender y tener éxito, pero pretendo pasar por ellos rápidamente, y mantener intacta su dignidad.

¿Se ha preguntado alguna vez por qué "Sexo en Nueva York" fue un éxito tan grande? Es un show muy gracioso, perspicaz, pero también se dirige al verdadero hecho de de que estamos viviendo un momento inestables (y excitante) para las citas las parejas y que también es el más incomprendido. Ahora es el momento de quitar el camuflaje y mostrar qué está ocurriendo debajo.

26/03/2013

## La Gran Trampa

La barrera psicológica más grande que tendrá que vencer es el deseo de tener una novia o relación estable. Como hombres, nuestro sistema nervioso está sincronizado ligeramente diferente al femenino. Las mujeres sacan el placer de pasear sus emociones en una montaña rusa. Ellas se sienten totalmente comprometidas y plenamente vivas cuando experimentan altos y bajos en su espectro emocional. Los hombres, por otra parte, disfrutan de aguas más mansas. Obtenemos nuestra satisfacción cuando estamos en un curso de nivel, con pocas turbulencias.

Lo que esto significa es que mientras tiene prisa por encontrar a una mujer decente para un paseo tranquilo, ella no está mirando el mismo cuadro. Ella está viendo el potencial de dolor si arriesga su corazón. La verdad es que ella quiere la monogamia - un hombre - pero irá a su propio ritmo.

**Los hombres y las mujeres están en horarios diferentes con respecto a las relaciones.**

La Gran Trampa a la cual me refiero es cuando tiene prisa por entrar en una relación estable y salir del ciclo de las citas por los motivos incorrectos. Esta trampa se presenta muy a menudo a los hombres que se citan con poca frecuencia o tienden hacia el comportamiento monógamo. (Las mujeres también están sujetas a esta trampa.) Por el contrario aquellos hombres que están cómodos en el campo de juego y se citan con muchas mujeres - como predico que haga - no sufren de este síndrome.

Quiere salir de la turbulenta y salvaje escena de las citas de modo que pueda establecerse con una mujer en su vida. Hay muchos motivos por los cuales los hombres caen inmediatamente en la monogamia, y un entendimiento incorrecto de las expectativas femeninas es uno de ellos. Otra razón de que los hombres busquen este tipo de relaciones es que no les gusta la ambigüedad y necesidad de preguntarse cada día si conseguirán tener sexo. Si ellos realmente comprendieran cuantas oportunidades hay en el mundo de los solteros, no tendrían tanta prisa en cerrar sus opciones.

Aquí está lo que pasa cuando se cae en la trampa: Su mente está condicionada a la coherencia, como ya he comentado. A medida que se cita con mujeres se encuentra excitado, pero con una carencia de entendimiento, sus errores serán mucho más frecuentes que sus aciertos. Esto lleva al desaliento. Entonces comienza realmente a dudar de sí mismo, y su amor propio empieza a fallar. **LoserBoy** comienza a hablarle con frecuencia, diciéndole cómo golpear su cabeza contra la pared sólo para sentirse mejor. Entonces comienza a sentirse más negativo en el proceso. Deja de ser capaz de mejorar su técnica porque todo lo que ve son fracasos. Jura renunciar a las citas por un tiempo, a menudo con una animosidad escondida hacia las mujeres. Después de todo, la escena de soltería es cruel ¿verdad?.

O se cita durante un corto período de tiempo o se conforma con alguien que no le conmueve, pero al menos no se escapa. Con el tiempo su descontento crece subconscientemente cuando se da cuenta que se ha conformado con menos de lo que usted merece. Ella se hace la necesitada y la pegajosa, y entonces usted tira para delante.

Esto es otra de esas espirales descendentes, y esto por lo general va en ciclos. Pasa por el ciclo, y lo intenta otra vez, casi siempre con una mentalidad de “no puedo esperar a salir de esta situación.” Esta actitud le sabotea, ya que se programa con un deseo de evitar el proceso que mejorará sus habilidades y asegurará la selección más amplia de compañeras posibles. Y esto puede no venir de un genuino deseo de estar en una relación, sino de un deseo de ***no*** de estar en la escena de las citas.

**Debe aprender a amarse estando soltero.**

Sólo con esta actitud se asegurará de no caer en esta trampa. Tiene que tener una vida tan irresistible que una mujer sólo sea una adición agradable, no la razón principal de su existencia. El modo de cultivar esta actitud es entender su situación (consiga el conocimiento), haga suficientes cosas correctas basadas en este conocimiento (tome medidas), y experimentará el éxito. Tiene que recompensar su sistema nervioso por aprender estos nuevos hábitos, y será el hombre que siempre quería ser.

## ¿Cuál es su Objetivo?

Tiene que determinar su actual objetivo de citas antes de ir más lejos. ¿Qué es lo que quiere de su interacción con las mujeres?

- ¿Amistad? ¿Alguien con quien hablar o hacer cosas?
- ¿Romance? ¿La emoción de la caza?
- ¿Sexo? ¿Una relación de corto o largo plazo? ¿Citas ocasional con muchas novias?
- ¿Matrimonio?

Tiene que saber lo que quiere de modo que no se engañe a sí mismo y a las mujeres con las que se cite. Si sólo quiere citas ocasionales, tiene que ser congruente con su meta y sólo hacer las cosas que un hombre haría interesado únicamente en las citas y no en el casamiento, tales como resistir al impulso de enviar poesías y flores cada semana. Su objetivo también afectará a la planificación y estrategias cuando consiga números de teléfono y establece sus citas cada semana. (Cubriremos esto más detalladamente en la sección de planificación.) Su objetivo le mantendrá en el buen camino, como un dispositivo guía de misiles.

Tenga cuidado de usar objetivos de otros como suyos propio. Podría pensar que quiere parecerse a una estrella de rock, que duerme con una estrella porno, pero realmente piénselo detenidamente. Hay un proverbio que dice que la peor maldición que puede echarle en un hombre es darle lo que él piensa y desea pero de forma amplificada [piense en la película “Al Diablo con el Diablo”].



## Sombras de Gris, No Blanco y Negro

Por favor tenga presente que mientras clasifico y divido las cosas en partes, el todo es realmente mucho más que la suma de sus elementos. El único modo de entender algo es encontrar alguna esencia que pueda ser entendida y generalmente aceptada como verdad. Desde esta base podrá construir el conocimiento más sofisticado cuando vea las partes interrelacionadas funcionando. Esto es sobre todo con las mujeres y las citas.

La información que doy aquí es divulgada con el entendimiento de que nada es blanco o negro. En la vida real las mujeres son tridimensionales, con varias sombras de grises. Tiene que entender lo que es negro y lo que es blanco antes de que pueda ver las variaciones diferentes de grises. Es donde estos principios comienzan.

Otra parte de este conocimiento es que habrá circunstancias que serán difíciles de superar para hacer cambios radicales en su acercamiento a las mujeres. A veces son limitaciones sociales, como su grupo de iguales. A veces son cuestiones familiares, tales como la forma en que lo criaron y las expectativas impuestas. Sería un ignorante si le dijera "sólo debe cambiar", hay factores que son la base de su situación actual que le dificultan el cambio. Lo que le daré es el conocimiento para que comience a funcionar y conseguir sus objetivos y así comenzar el proceso de cambio tanto el interior como el exterior.

## El Mito del Juego

Aquí está la gran pregunta que oigo todo el tiempo:

*" Pero, ¿no es esto jugar? ¿Manipulación? ¿Tengo que ser falso? ¿Por qué no puedo dejar que el amor llegue solo? ¿No elimina todo esto el romance y la diversión de las citas?"*

Bastante graciosas son las mujeres que dicen estas cosas. Los hombres están por lo general demasiado impacientes por oír la forma de tomar el control de esta ruina que se llamada citas y no dejar todo el poder a la mujer. Pero, incluso después de oír estas estrategias, y verlo como la Verdad, su voz interior aún comienza una segunda conjetura, y los hombres comienzan a hacer las mismas preguntas. Están asustados por lo que las mujeres pensarán de ellos como si fueran falsos, manipuladores o embusteros. En el núcleo de esto, ellos realmente tienen miedo de herir a las mujeres. Por último, los hombres lamentan no saber ***qué hacer*** cuando van a las citas y están con mujeres.

Entonces, ¿por qué tienen las mujeres tanto miedo a las estrategias en las citas? En primer lugar, las mujeres están emocionalmente atadas a la parte romántica del proceso, y ellas prosperan más con el drama. Las mujeres saben a un nivel intuitivo que están más desarrolladas en el proceso de las citas porque tienen las estrategias muy incorporadas en su psicología. No comprenden que *usan ya estrategias y tácticas en hombres cada día,* bien para defenderse o como método para conseguir el control.

Los hombres, que ya esperan lo peor cuando inician una cita, **quieren** una especie de plan de juego que funcione. Están cansados de cometer los mismos errores y preguntarse por qué las mujeres tienen todo el poder.

Para contestar a la pregunta, ¿no es esto juguetear*?* Le ofrezco lo siguiente:

- Como dije antes, las mujeres están usando estrategias en usted en todo momento. Los hombres necesitan la misma clase de ventajas. Las mujeres comenzaron cuando eran niñas ya hablan de muchachos y de lo que harían en las citas, colaborando y aprendiendo. Ellas leen "Teen" y “Cosmopolita" y hacen las encuestas y los consejo. Las mujeres intercambian la información más libremente en el tema de relaciones que los hombres. Si algo funcionó o no lo hizo, hablan de ello. Los chicos nunca hicieron todo esto, debido al orgullo, ego o independencia. Con aquella clase de la educación, usted no tuvo ni una posibilidad, sobre todo cuando perdió sus años de secundaria jugando al fútbol y ojeando el Penthouse. Es decir no tuvo ni una posibilidad … hasta ahora.
- Cualquier esfuerzo que tome para mejorar la situación es un triunfo para los dos. Si procura mejorar las posibilidades que ustedes dos puedan tener. *Cada uno* saldrá ganado.
- Tanto los hombres como las mujeres muestran su mejor “yo” en las etapas tempranas. Tiene que mostrar su mejor yo de modo que pueda revelarse gradualmente a la otra persona. Este libro le enseñará cómo hacer esto del modo menos destructivo. Y al final, nunca será capaz de esconder **el verdadero** yo de ella. Esto llegará.
- Recuerde las Tres S - *Seguridad en sí mismo, Autodisciplina* [Self-control] y *Sentido del humor -* del comportamiento. Mostrando este comportamiento al principio le podría causar incomodidad sobre *quién es*. Pero sólo **usted** puede controlar la presentación de su personalidad. Y depende de usted presentarse del mejor modo posible para que ella tenga una idea correcta de quien es.

Todo el mundo usa tácticas psicológicas y estrategias cada día, tanto si somos conscientes de ello como si no. Los conceptos sobre los cuales voy a hablar han estado desde el principio de la socialización del macho-hembra. Nada de lo que le muestro hará daño o devaluará a las mujeres de cualquier modo. La cuestión no es sobre la utilización de la manipulación; es sobre si la reconocerá cuando la estén usando *en usted* y si *sabrá manejarla?*

**Mientras no haya ningún daño intencional, todo lo que realmente importa al final son los resultados. Los fines realmente justifican los medios, mientras los medios no sean medios.**

Examine estas dos situaciones:

- Conoce a la Sra. Correcta y ella lo enciende, mostrándole su mejor yo y dándole la posibilidad de sentirse atraído e interesado lo suficiente como para llegar a conocerse mejor, sueña con usted, independientemente la Sra. Correcta es suya.
- Conoce a la Sra. Correcta y la fastidia completamente porque la entró demasiado fuerte, o nunca demostró una dirección, o cualquier otro de los cien errores. La Sra. Correcta nunca devuelve sus llamadas.

¿Ahora, qué resultado prefiere usted? Piense.

**Nadie asegurará su felicidad, excepto *usted*.**

Otra parte del Principio de Verdad es que lo que usted realmente quiere que pase **realmente** pasará.

Piense en esto: Todo lo que ***realmente*** quiso en la vida, **lo consiguió**. ¿Recuerda que moto quería de niño? No podía dejar de pensar en ella, y molestó a sus padres sin parar, y cuando no la consiguió durante la Navidad, ahorró dinero y vendió su sangre hasta que pudiera permitírsela, y finalmente salió y la compró.

Cuando **realmente** quiso algo, hizo que ocurriera. Si no consigue lo que realmente quiere, entonces ***realmente*** no lo quiere. Solo lo deseaba. No permitió al deseo que le motivara lo suficiente.

Cuando se dice a sí mismo que quiere conseguir más citas, y quizás hasta una novia estable, y luego no ve *ninguna* cita *y ninguna* novia, la única razón de que no lo consiguiera es que **no lo quería lo suficiente.** Está donde quiere estar en su vida ahora mismo, y hace exactamente lo que quiere hacer. Casi siempre confundimos el deseo por algo con la ilusión por tenerlo, sobre todo cuando viene de tiempo atrás.

El conocimiento le ayudará a entender la situación, y cuando enganche este conocimiento con la motivación (desear lo suficiente), estos le conducirán *a la acción*, y ésta le dará ***el éxito***.

Dése cuenta de que está donde quiere estar, y es quién quiere ser. Acepte su realidad actual. No se diga mentiras que luego la realidad le desmienta, o un millón otros “si solamente.” Con la información que encontrará aquí, sabrá hacer realidad aquel deseo de citarse con mujeres.

**Cada uno se hace así mismo, pero sólo el exitoso lo admitirá.**

-------------------------------------------------------
Los tipos agresivos consiguen a las chicas. Los pasivos los restos de la mesa - si es que queda algo. Esto es la Verdad, amigos míos. No me preocupa si esto hace que irrumpa en sollozos - es lo que necesita saber. Puede gimotear sobre no querer cambiar, pero tiene que darse cuenta que las cosas que tiene que cambiar para ser un Macho Alfa no van a poner en peligro su humanidad, sólo le mejorarán de un modo que no puede ni imaginarse. ¡No se deprima – ni se enfade! Use esto como motivación para cambiar positivamente.

En todas las especies, el macho dominante se reproduce. Si no quiere ponerse ahí y arriesgarse un poco (riesgos que nunca le *harán daño* a propósito), le estará diciendo al mundo que no es adecuado para conseguir que su ADN pase a la siguiente generación.

En Verdad, se parecerá **al verdadero usted,** si saca el máximo jugo a su confianza y se hace cargo de su vida amorosa. Absolutamente, positivamente, sin una duda. Debe mostrar sus rasgos masculinos y característicos y no esconderse detrás del miedo y las excusas.

## Poder Sexual 

Hay muchos hombres con una gran ira ante la aparentemente y interminable serie de aros que deben saltar para conseguir sexo. Esta cólera procede principalmente del poder femenino de decir NO. Si posee gran parte de esta cólera sobre el proceso de las citas para conseguir el sexo, tendrá que encontrar un modo de relajarse si espera tener éxito a largo plazo en el campo de conocer y citarse con mujeres. Esta cólera está arraigada en una creencia de que las mujeres controlan el suministro, y usted es el demandante, ellas de alguna manera lo poseen y lo controlan.

Nada más lejos de la verdad.

Las mujeres también tienen una demanda. Necesitan hombres seguros de sí mismos, auto disciplinados y con sentido del humor. Si puede entender que también tenemos un suministro para ellas, y que esto es lo que tendrá que cultivar para hacerse deseable en el mercado, nunca le faltará el afecto femenino.

Sin embargo, si hay una parte de usted que no acepta que las mujeres realmente pueden decir "No" a los hombres, entonces tiene un problema y deberá buscar orientación de alguna clase. Las técnicas y las estrategias explicadas aquí son para hombres con muy poco equipaje emocional sobre mujeres.

**ADVERTENCIA**: Cuando vaya a usar las estrategias dadas aquí **nunca** debería revelar a una mujer que usa técnicas o estrategias con ella. No hable de esto con ella porque los efectos pueden ser impredecibles y su ilusión romántica es frágil. Ella tiene que pensar que todo esto no formaba parte de un plan, que fue completamente espontáneo. Ella querrá creer que esto ocurrió porque las estrellas estaban alineadas, sus latidos se sincronizaron y que era inevitable que se conocieran. Felices para siempre.

Cualquier cosa.

Sólo recuerde que ella no entenderá un acercamiento racional de su parte. Los acercamientos racionales parecen manipuladores a muchas personas. De la experiencia personal, sé que ellas a menudo reaccionan defensivamente cuando conocen a un hombre que sabe de qué va la Dinámica de las Citas. Las mujeres siempre han estado por encima de nosotros en este juego, y no llevan bien perder el control. El conocimiento en El Libro Negro de las Citas es su seguro, y yo su agente sonriente.

## ¿Cómo está organizado este material?

En este libro voy a cubrir varías teorías en detalle, empezaré por mejorar su juego interno. A partir de ahí vamos a cubrir las relaciones y el juego de las citas, la psicología femenina (sí, puede ser entendida), disfunciones y trampas, las prácticas sexuales, y algunos planes reales que puede utilizar para conseguir sus objetivos. Voy a añadir algo de sabiduría de los grandes pensadores y estrategas a lo largo del camino, así como poner de relieve importantes principios y ejemplos visuales. Voy a explicar en detalle los objetivos que está buscando e incluso le daré frases, palabra por palabra, que podrá usar. También le daré ejemplos de interacciones hombre-mujer para explicar nuestros conceptos de trabajo.

Se oye todo el tiempo, que las citas es un juego de números, de la misma manera que en ventas. Es verdad, si pudiera conocer suficientes mujeres, hasta el más inepto y poco atractivo de los hombres tendría con más frecuencia sexo que una estrella porno. Sin embargo, a través de este tipo de números acabaría agotado y estresado. Hoy mismo podría salir y presentarse a un centenar de mujeres, y obtener un montón de números, pero eso le causaría un enorme esfuerzo. **Demasiado dolor**. Decir que es un juego de números es cierto, pero también se trata un poco de esperar como hace un detective.

Así que este programa le mostrará cómo maximizar sus oportunidades, para que pueda trabajar con *agilidad* y no tan duramente. Quiere maximizar el retorno de sus inversiones, y yo quiero mostrarle la mejor manera de meterse a las damas en su cartera.

Una última **Advertencia**: Tendrá que hacer el trabajo para convertirse en un Hombre Dinámico. Parte de este trabajo es la adaptación y personalización de todos los ejemplos que le muestro. Puede utilizarlos como están, pero en última instancia tendrá que practicar lo suficiente para poseerlos. Al hacerlo, no se atascará cuando la Sra. Rubia Caliente le diga:

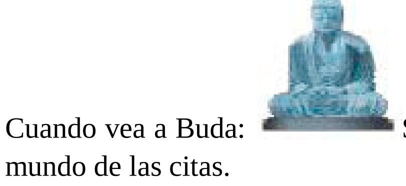
***Sabes, realmente eres un buen chico,***
***solo quiero que seamos buenos amigos...***

**Sí, claro, nena.**

Haga el trabajo y aprenda estas cosas en frío. Todas las grandes victorias exigen un poco de dolor. Pero al final, el dulce sabor del éxito siempre vale la pena. Puedo dar fe de ello.

**Locura es hacer las mismas cosas una y otra vez y esperar resultados diferentes**

## Llave de Símbolos

Cuando vea a Buda:  Sabrá que hay una lección importante que aprender, que probablemente supera al mundo de las citas.

Cuando vea el icono de Información:  hay una táctica explícita o frase que puede usar.

A lo largo del camino, también tendrá noticias de **LoserBoy**, que se parecerá a esto: quiero alejarle de su mala influencia.

**LoserBoy**: *Tío, ella se está riendo de ti.*

Y le daré ejemplos de la comunicación con hombres y mujeres que le mostrarán como realmente funciona.

***Samantha**: ¿ cuándo podemos vernos otra vez? **Nick**: "podría encontrarte un hueco para almorzar el jueves."*

# ¡Ahora, vamos ***a estar ocupado***!

# JUEGO INTERNO: CONSIGÁMOSLO JUNTOS!

Sé que está deseando de saltarse esto y comenzar a leer algunos ejemplos y cosas de psicología interesante, pero si hay un lugar en todo el libro donde deba enfocar más su atención (o al menos volver a si realmente pierde su autodisciplina y salta adelante) es **este** capítulo. De todas las cosas que puede hacer para convertirse en un semental y en un hombre bien considerado, un tipo que consigue que las mujeres siempre le llamen, debe cultivar el pensamiento y los comportamientos que las mujeres encuentran atractivo.

Antes de que continuemos, tengo que indicar una tendencia inquietante en el pensamiento de la sociedad moderna, y debería ser consciente de ella:

**Cómo *siente* la gente se considera más importante que *lo que ellos hacen*.**

Este modo de pensar ha sido creado en un ambiente terapéutico con la idea de desmenuzar nuestras emociones normales y sentimientos. Los estados de ánimo ya no se entienden (los explicaré en un capítulo posterior) y se espera de todos que nos "sintamos bien" todo el tiempo. Si no es feliz todo el rato, es que necesita medicación, o un terapeuta, o una nueva tarjeta de crédito. Esta deformación es un síntoma de nuestra sociedad agotada por tanto trabajo, por una sociedad sobre privilegiada, pero la tendencia principal es a respetar las emociones más que las acciones.

Ahora, antes de que piense que me marcho hacia algún discurso enfático antisocial, por favor entienda que yo comprendo mucho sobre enfermedades psicológicas, traumas, y disfunciones, y no pienso proponer que nos destinen a todos al aislamiento, y que cada uno debería tratar con sus propios problemas. Sin embargo, estoy sugiriendo que la acción puede *preceder* y *hacer mella* en sus sentimientos. Si toma las medidas necesarias, olvidará toda la preocupación y angustia y se moverá hacia la solución del problema. Muy a menudo, la gente holgazanea y trata de "estudiar detenidamente" sus problemas, no dándose cuenta de que el pensamiento no siempre es lo que necesitan. Sabemos más de lo que creemos, y estamos aturdidos por mensajes contradictorios en los medios de comunicación y de otros con buenas intenciones - pero nos ponemos poco en el camino de los resultados.

Cada hombre tiene que entender que todo lo que pueda sentir sobre las mujeres y las citas - cólera, frustración, lástima de sí mismo, ansiedad, miedo - **sólo** están presentes cuando no actúa para realizar sus dignos objetivos. Estos sentimientos aparecieron a consecuencia de nuestro análisis post-facto, pero están raramente basados en la realidad. Para progresar y hacerse un Hombre Dinámico, uno atractivo para las mujeres, tendrá que valorar sus acciones más que sus emociones negativas. Por algo cuando a alguien se le dice que es "un hombre de acción" es considerado como un elogio.

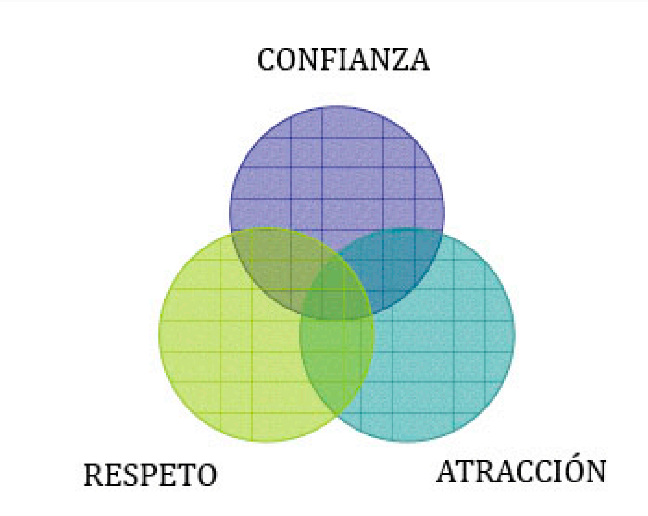
Mire, **hay** una lista de rasgos que las mujeres encuentran interesante y atractivo y no les importa tanto los defectos como el pelo que se cae, un coche viejo o un mal traje.

**¡Las mujeres están atraídas más por lo que las hace sentir que por su aspecto!**

Seguramente si se pareciera a Tom Cruise, conseguiría a muchas mujeres - *al principio*. Pero esto no es lo que las va a meter en el bote, o sentarse allí y escucharle sin cesar sobre el juego de los Lakers, o como Steven Spielberg tiene mal aliento. La Verdad es que conseguiría más éxito que Tom si emula las cualidades que él manifiesta en la pantalla.

***Eso*** es lo que atrae a las mujeres.

Todo lo que hace aumentará o disminuirá la atracción que una mujer siente hacia usted durante las primeras etapas de las citas. Esto es lo que está buscando, y el punto fundamental último. De aquí en adelante, indicaré lo que funciona y lo que no para que nos podamos centrar en los resultados que quiere conseguir.




Existen dos factores de deseo primarios que una mujer debe tener para conseguir tener éxito:
Ella tiene que **confiar en usted**, y sentirse **atraída**.

Al mismo tiempo, debe estar pendiente de que ella **le respete**.

**La confianza** está sobre todo bajo el control de la chica, ya que la establece por sus criterios de antemano. Depende de usted en las fases tempranas establecer una base que le dé confianza de modo que ella le permita seguir progresando de etapa en etapa en el Continuo de las Citas. La confianza es su nivel general de comodidad con usted. La lujuria (atracción súper alta) a menudo anulará la Confianza, pero la Confianza no puede ser pasada por alto. Cubriremos esto con más detalle en otro capítulo.

**La atracción** no es un proceso lógico o racional, ya que lo establecen más bien factores biológicos y de socialización. Si se comporta de acuerdo con los principios y las estrategias de la Dinámica de las Citas, aumentará automáticamente la atracción que ellas sienten hacia usted. Hay muchas formas de atracción - física, intelectual, espiritual, emocional - pero nos dirigiremos sobre todo a los elementos que comprenden "la química" entre dos personas: atracción *física y emocional.*

Las mujeres no sólo se sienten atraídas por el aspecto físico de un hombre, aunque sí es cierto que puede ayudar a provocar el interés inicial. Los hombres muy guapos realmente se enfrenta a más resistencia que el promedio de hombres porque las mujeres tienen la guardia subida contra "los ligones". Ellos tienen que vencer muchos obstáculos para ganar la confianza de una mujer, ya que ellas realmente juzgan un libro por sus tapas.

Por otro lado, el promedio puede moverse sigilosamente bajo su radar. Si ella parte con una gran atracción hacia usted, entonces tendrá un ancho margen para las meteduras de pata. Si ella comienza con poca atracción, tendrá menos margen de maniobra si no es capaz de comunicar su seguridad y virilidad. Es una escala móvil que tendrá que cultivar.

***La atracción de una mujer se resume en un comportamiento:***

***Mostrando cómo se intimida, tanto por ella como por cualquiera.***



**El respeto** es algo que ella desea por su parte. Una mujer nunca quiere sentirse derrotada o engañada, tampoco ser tratadas como prostitutas, o sentirse como si ellas fueran malas. Es su trabajo tratarla con respeto. Sin embargo, el respeto también es crítico hacía usted. El respeto es lo que consigue por la presentación eficaz de sí mismo, y es la razón primaria de que pasemos tanto tiempo mejorando su juego interno. Usted debe establecer las reglas y los límites. Si desarrolla y mantiene a Tres S que le enseñaré, será capaz de mantener su respeto. Sin su respeto, cualquier relación será barata e inestable, y será alguien *miserable*. Ella también le probará a lo largo del camino, para ver si se hace de respetar, y si no pasa sus pruebas, perderá su respeto. Una vez perdido, el respeto nunca puede ser recobrado. Debe comenzar con un código estricto al cual las mujeres deben adherirse. Si ella viola sus reglas, ella **pierde**. Ella está fuera de los *playoffs* y de su vida. No necesita a una mujer (ninguna persona realmente) en su vida que no le da respeto. Si ha observado alguna vez una relación donde la mujer deja constantemente al hombre o le desacredita, ya ha visto la situación horrible de la cual trato de salvarle. Lo principal sobre el respeto consiste en que **debe comportarse como el hombre que lo merece**. Sino no tendrá derecho al mismo.

Recuerde: **las mujeres no se preocupan por cuánto se siente usted atraído por ellas.** La única cosa que les importa *es cuánto se sientes ellas atraídas por usted*. No puede hacer que una mujer le quiera queriéndola locamente y luego haciéndoselo saber. Puede ser al principio adulador con ella, pero esto no hará nada para atraerla.

¡No caiga en esta trampa! Es su trabajo comportarse de modo que las mujeres le encuentren atractivo, **no** las haga creer que usted las ama tanto como para no rechazar sus citas. Sencillamente no puede imponer a una mujer el sentimiento de atracción, no importa cuántos poemas escriba o animales de peluches le regale. Esto es uno de los grandes errores del romance que las películas y la televisión nos hacen tragar.

## Comportamientos Que Reducen la Atracción

Debería ser consciente de los comportamientos que apagan el mecanismo de atracción de una mujer. Cuando progresemos, tendrá alternativas a estos comportamientos y modos de evitarlos.

- **Comportamiento enmadrado/necesitado**: la causa primordial de esto es la inseguridad. Cualquier acción que le diga a una mujer que va a agobiarla o a ser un debilucho inseguro seguramente la apagará. Cosas como llamarla varias veces al día, llamarla varios días seguidos o ponerse celoso de sus amigos. Si amenaza su libertad, ella saldrá corriendo

.

- **Intentarlo demasiado**: Si es demasiado entusiasta o ardiente, ella sospechará.

- **Alardear/Hablar demasiado:** ¿Qué le hace pensar que ella se sentirá atraída cuándo se chulea? Por otro lado, si le permite averiguar las cosas poco a poco, ella querrá saber más. No regale todo su misterio.

- **Carácter enojado o violento:** Debe tener autodisciplina sobre sus emociones. Una mujer no puede confiar en un hombre que es una escopeta; ella sólo podrá vivir con miedo e intimidación hacia él.

- **Insensibilidad**: No tiene la habilidad para decirle cuando está bromeando y cuando la está insultando.

- **Aburrido**: Esto realmente se traduce en la incapacidad para mostrar a las mujeres su personalidad, muy a menudo debido a la timidez.

imponer

- **Insistente**: Conseguir algo por coacción. Algunos hombres se quejan y presionan para conseguir el sexo, y luego se preguntan por qué no lo consiguieron.

- **Pasivo e indeciso**: Tiene que ser capaz de demostrar algunas calidades de mando. El comportamiento decisivo, dominante, muestra que es un Hombre Alfa, y que puede proveer cuando sea necesario.

- **Inhabilidad de escuchar**: "Lo siento … ¿qué me decías?" Para mantener el interés de una mujer, debe demostrar la capacidad de prestarla atención, y no sólo contemplando sus tetas.

- **Comportarse como un cerdo**: hay hombres que piensan que si ellos se comportan tan mal como sea posible, una mujer lo aceptará sin pensarlo, sólo por la posibilidad de rehabilitarlo. Adivine otra vez.

- **Ser obvio sobre el sexo:** Sí, queremos el sexo. Incluso las mujeres. Pero si va por ahí con eso escrito en su frente, saldrá del campo antes de poder batear. Debe aprender a ser sutil y dejarla que especule.

- **Impaciencia**: Si está demasiado impaciente, irá como alguien que no tiene ninguna autodisciplina. Relax.

- **Defensivo**: los chicos tienden a irritarse y ponerse a la defensiva en respuesta a los estados de ánimo de una mujer y sus comportamientos negativos. Ellas responderán en función a la autodisciplina que demuestre y a su capacidad de mantener bajo control sus reacciones. (Más de esto en la sección en "Argumentos.")

- **Reacción negativa**: una actitud mala apaga por completo a todas las mujeres.
- **No Proveedor**: Esto cubre la tacañería, siendo barato, etc. No tiene que darle dinero en cada cita, pero si planea conocerla en un restaurante, será mejor que esté preparado para pagar. Esto es por qué planeó conocerla bajo los estereotipos tradicionales "de las citas".

En primer lugar, déjeme presentarle a un personaje muy particular en el mundo de las Citas. Su nombre es **LoserBoy**. Él es la parte de sus pensamientos que está decidida a que fracase con las mujeres. Además tiene un arsenal bastante convincente de cosas negativas que decir para mantenerlo a raya y meterle miedo de su propio éxito. Es él el que se dirige a usted cuando se encuentra admirando a una muchacha en el gimnasio, pero no sabe cómo abordarla.

**LoserBoy**: ¿Qué? ¿ELLA? ¿Estás loco? Sólo los tíos que toman esteroides salen con ella. Si te acercas y le dices algo tonto, o si te quedas en blanco como normalmente haces, te vas a sentir como un completo idiota. Aun cuando hables con ella, o vaya a una cita contigo, acabará como las otras; te dirá que eres bueno y que sólo piensa en ti como amigo. ¿Quién necesita eso? Vamos, amigo, vamos a casa a ver Expediente X. Necesito una cerveza.

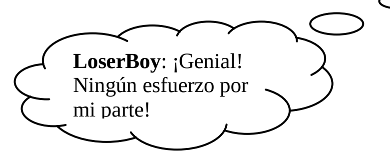
¡Cuidado! **LoserBoy** está bien relacionado en su cabeza, y si comienza a dirigirse a él, él le argumentará de forma convincente sus sueños y ambiciones, y antes de que se dé cuenta, **LoserBoy** será usted. La mayor parte del tiempo, no oye sus palabras, sólo siente una parálisis hipnótica. Le ayudaré a evitar la influencia de **LoserBoy** tanto como me sea posible.

# Mitos

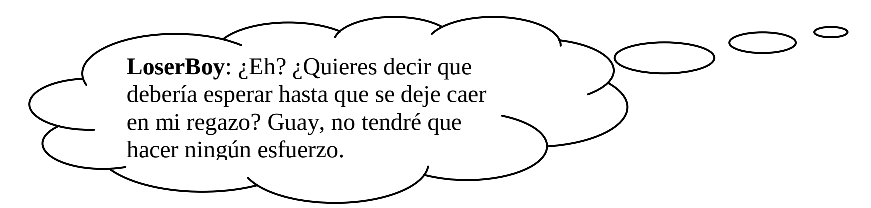
## El Mito "del Destino"

Tanto hombres como mujeres le harán sentirse extraño sobre el uso de estrategias y tácticas porque equivocadamente creen que lo fortuito es mejor que lo planeado. Lo que ellos dicen realmente es que no tienen la autodisciplina emocional o mental necesarias para mejorar sus circunstancias. Usted **realmente** tiene esa autodisciplina. Y no hay ***nada*** de qué avergonzarse.

Mucha gente a la que pregunta le dirá que debería ser "sólo usted mismo". ¿Qué significa esto? Bien, en primer lugar, es una disculpa de **LoserBoy** para no hacer algo, para no cambiar.




Ellos le dirán que "cuando la persona correcta llega, lo ***sabrás***. Y saltará la chispa."




Despierte. Esto es una ilusión de cuento de hadas que hace que el 50 % de todos los matrimonios terminen en divorcio. Esta es la recompensa que obtendrá por la inacción y la fantasía. Es la misma ilusión que pone juntas a dos personas inseguras, en lugar de tener una verdadera pasión por estar juntos. Puedo decirle en un segundo por qué esos matrimonios fantásticos que ve (de vez en cuando) todavía vibran después de cincuenta años: **Ninguno de los dos ha dado nada por sentado**. Ellos se esforzaron por ser más de lo que eran, y puede apostar a que crecieron a lo largo del camino. También existe el compromiso, que es un subproducto natural del descubrimiento de alguien que es un desafío y lo valora.

En lugar de regodearse en esa complacencia, decide encontrar a alguien que *usted quiere*. Debe comprometerse con usted mismo, y darse cuenta de que siempre tiene que crecer. Esto no es ser "falso", esto es **más verdadero** que aquello que la gente le dice sobre las citas como juego. Lamento decírselo, pero el juego está siendo ya jugado. Tiene que retroceder y leer el reglamento antes de que se quiebre emocionalmente.

**Entender un viaje no es el mismo que hacerlo.**

**El Mito del “Buen Chico”**

El Buen Chico escuchó una vez las quejas femeninas sobre el comportamiento masculino y las amonestaciones de su madre, y decidió que él no quería causar dolor a las mujeres. Para siempre. Él iba a ser *diferente*. Sería amable y dulce y se haría amigo de todas las mujeres, así conseguiría todas las relaciones y sexo que esos “chicos malos” estropeaban. Entonces, se convirtió en una medusa suplicante, no dándose cuenta que cometía todos los errores: Escuchó lo que las mujeres *decían* en lugar de observar a lo que ellas realmente *responden*. Es probable que su madre le dijera a menudo, “Cariño, alguien vendrá. Un gran chico como tu merece lo mejor. Tienes **tanto** que ofrecer a una mujer.”

Los Buenos Chicos quieren que las mujeres se sientan cómodas con él, y suele ser un problema. Está tan preocupado de que le perciban como a uno de esos "Chicos Malos" o “ligones", esos ***hombres*** despreciables, que termina por parecer indeciso y débil. O, aún peor, tomará la personalidad *de una mujer*, pensando que esto es lo que ellas quieren en un compañero romántico. Comienza por compadecer demasiado las luchas femeninas (discriminación laboral, acoso sexual, etc.) y luego comienza a creer que los hombres son malos y la fuente de toda la violencia en el planeta. Atenúa su personalidad para evitar cualquier clase de implicación que sea un peligro.

La Verdad es que no quiere que una mujer se sienta **demasiado** cómoda o a gusto. Quiere que ella se sienta *segura*, pero también necesita que se sienta **excitada**. Es este entusiasmo el que pone la pasión y el romanticismo en sus interacciones. Y los Buenos Chicos son tan emocionantes como la ornitología. Dele la clase correcta de peligro y ella responderá. Dele la imitación de una medio mujer y ella saldrá corriendo.

Ya puedo oír a alguno por ahí empezando a llorar y golpear su pecho.

*¡ Pero esto es lo que ellas dijeron que querían! ¡A un hombre que sea un amigo, alguien a quien poder dirigirse y compartir sus sentimientos más íntimos!”*

No amigo eso no.

Ellas **realmente** quieren hablar y compartir algunos sentimientos, pero su error principal es creer que para conseguirlo necesita ser una mujer. Déjelo estar. Sé que ellas le condujeron por este camino, engañándole, pero así es la vida. Demande a Hollywood, pero supérelo.

Tenga una cosa muy clara:

Las citas son como la vida: **injustas**.

Deje en la puerta ahora mismo todo su equipaje emocional, sus quejas y sus reacciones negativas. Si hay una cosa que odio de las mujeres (y de los hombres) es un llorón. Acepte la Verdad y hágala funcionar en su provecho.

Tiene que entender que no tiene *nada* de qué avergonzarse. El Buen Chico está avergonzado de sus impulsos sexuales repugnantes y su deseo de compañía femenina. Piensa que hace algo malo o incorrecto buscando mujeres y acostándose con ellas. Siente que hay algo sucio y vergonzoso, y en lo más profundo probablemente siente que *merece* un castigo. Yo apostaría que todo esto proviene de su complacencia con su mamá, y estoy bastante seguro de que todo esto finalmente le conduce al sado-maso tipo dominatrix y fusta, pero no debo jugar al Dr. Freud. Sin embargo, debo decirle -

***Es absolutamente normal querer tener sexo con mujeres.***

No tiene que casarse con una mujer si duerme con ella. No tiene que preocuparse en convertirse en un pervertido. Las mujeres quieren el sexo **tanto como hombres**; sólo que ellas tienen más exigencias antes de las que tendría usted, y esto es sólo una parte del juego, señores. Si piensa que esto da asco o no es justo… agarre un klínex y revise lo que le dije hace unos párrafos.

*Nunca* debería *usar a las mujeres para el sexo*. Tampoco debería sentirse mal sobre el deseo consensuado de rozarse las ingles juntos. Deshágase de su vergüenza. Es totalmente innecesario, dañino, y las mujeres piensan que es completamente lamentable.

## El Mito "del Chico Malo"

Vamos a hablar del otro extremo del espectro. ¿Por qué las mujeres responden y se quedan con los cabrones? ¿Incluso cuándo protestan de lo mucho que las maltratan? Porque:

**Los Chicos Malos emulan las cualidades de seguridad en sí mismos sin entenderla.**

*Piense en ello. ¿Cómo se comporta un chico malo?*

- En su vida antepone su placer por delante del de todos.

- Puede (y a menudo lo hace) deshacerse de las mujeres que le causan dolor.

- No se preocupa de lo que otros piensen de él.

- No necesita la aprobación de nadie.

- No da coba a las mujeres o las pone sobre un pedestal.

- No permite a nadie que le falten al respeto.

- Se enfada y lo demuestra.

- No tiene miedo de hacer daño a una mujer emocionalmente.

La razón de que tengan tanto éxito consiste en que tienen todas las cualidades a las cuales las mujeres responden. Pero lo que hace un “Chico Malo” *demasiado* es apurar al máximo estos comportamientos, en esencia demasiado bruscos, egoístas y egocéntricos. Existe un terreno neutral, pero es importante que entienda por qué estos hombres poseen tanto éxito con las mujeres. Muchas veces las mujeres lo describen como "un cabrón", y eso nos parece horrible cuando las oímos hablar (y donde los Buenos Chicos consiguen la idea incorrecta, pensando que tienen que buscar la clase de comportamiento *opuesto*.)

Pero la Verdad es que las quejas que oye son realmente una mezcla de:

-La frustración de la mujer por controlar la relación en mismo camino que ellas tenían en el pasado, y

- Las verdaderas cualidades de cabrón del hombre.

Afróntelo hombre, si fuera un caso claro de *un cabrón* genuino, es decir, un tipo que nadie quiere estar con él, ***ella no estaría con él***. Pero él tiene cualidades como ser in-domestic-able, atractivo y entregado, así es que ella *se queda*.

*Por cierto, los cabrones Post-facto (los hombres etiquetados como tal ***después*** de que la mujer ha roto con ellos) no necesariamente cuentan. En este caso, las mujeres sólo justifican su decisión después de los hechos. Lo que yo llamo Chicos Malos son los hombres que las mujeres buscan para salir con ellos.

Un hombre verdadero siempre es un señor, y las cualidades negativas de los Chicos Malos deberían ser evitadas. Son estas:

- Cólera innecesaria (demostrando una carencia de Autodisciplina)
- Comportamiento descortés o insultante
- Abuso (de cualquier clase)
- Ser abiertamente arrogante
- Infligir intencionadamente daño emocional

**El Mito "del Ligón"**

Otra categoría de cabrón es "el Ligón" [o Don Juan]. Las mujeres usan el término tan espléndidamente que le resultaría muy difícil encontrar una buena definición. He preguntado personalmente a docenas de mujeres y nunca he sido capaz de conseguir que ellas describan un término concreto, pero por suerte para mí, puedo leer entre líneas y así es cómo lo veo yo:

Las mujeres usan el término Ligón para denotar a hombres que ellas piensan que podría citarse con muchas mujeres y que buscan relaciones sexuales rápidas para satisfacer sus propias necesidades. Él es un hombre al que las mujeres tienen miedo de sentir atracción porque él no les da **Confianza**. Cuando las mujeres etiquetan a estos hombres como "ligones", esto también sirve para infundir culpa a otros hombres, hacernos pensar que nosotros sólo deberíamos buscar y citarnos con una mujer a la vez. Las mujeres confían en la definición vaga del término para asustarnos de que esto es un Hombre Malo, y con mucho gusto nos ponemos de acuerdo con ella.

Los hombres a menudo huyen de este término, pensando que esto significa un hombre de pobre carácter moral que se mete en la cama de las mujeres indiscriminadamente. La Verdad es que los hombres admiran al Ligón por sus capacidades con las mujeres, pero en lugar de aprender de lo que él hace bien para aumentar la atracción femenina, ellos le toman como un gigoló, otro tipo grasiento que sólo tiene "destreza" con las mujeres.

La moraleja de esta lección es que se debe tener cuidado con el término "ligón" en todas sus formas. Es engañoso, y a menudo completamente, basado en connotaciones, más que en definiciones.

**El Mito "del Natural"**

Los hombres definen a un Natural como a un tipo que sólo hace los movimientos correctos cuando va a por mujeres. Parece que él sabe exactamente qué decir y cuando, y siempre está cómodo alrededor de ellas. Es respetado por sus prójimos, y consigue acostarse con muchas mujeres.

¿Qué tiene él que no tenga usted?

**Nada**. El Natural sólo demuestra las partes atractivas de su personalidad con más eficacia que usted. Sale y obtiene experiencia. Para conseguir esa experiencia, también obtiene rechazos. Salga por un tiempo con un "natural", y verá que mientras él exuda muchas cualidades que exploraremos aquí, no pestañea por sus fracasos ocasionales. Así, una vez que tiene la experiencia, siente una seguridad en sí mismo que impregna el aire como el incienso.

Piense en esto: ¿conoce un tema que conozca bastante bien y que no tenga ningún problema en hablarlo en grupo con confianza persuasiva? Uno que me viene a la mente para la mayor parte de hombres es el fútbol. Memoriza las estadísticas, mira a los jugadores en acción, y aprende bastante en cuanto a las reglas del juego, y de repente es un entendido. Siente la suficiente confianza como para llegar el lunes por la mañana a la oficina y hablar como un Mariscal de Campo. Una vez que supo suficiente información, y adquirió la suficiente experiencia, se sintió ***natural***. Al diablo! sería capaz de saltar al terreno de juego y jugar un partido para divertirse .

Ahora, imagine esa clase de seguridad en sí mismo y aplíquela a las citas. Aprende los elementos necesarios - las reglas. Vigila a los jugadores - su ala y otras parejas. Prueba sus propios juegos. Mete la pata al principio, pero finalmente se hace *un natural*. La única diferencia es que la experiencia le ha hecho perder el miedo que una vez tenía, ya que ahora tiene el conocimiento que genera **la seguridad en sí mismo**.

A propósito, usted tiene una ventaja sobre el Natural. Mientras él está ahí con o sin miedo, él no tiene la formación que está a punto de recibir en este programa, lo que significa que él trabaja en función del ensayo y el error. Tendrá más información para comenzar, y cuando consiga más experiencia, ganará el mismo sentido de seguridad que un Natural.

**El Mito "de la Compatibilidad"**

De todas formas, ¿qué es la compatibilidad? Las mujeres y los hombres por lo general piensan en la compatibilidad como la exigencia de intereses comunes a largo plazo y comportamientos que mantienen a una pareja juntos. Esto sólo es verdad en parte.

*La compatibilidad es una percepción lógica de los motivos por los que se queda con una persona en vez de con otra por un período de tiempo.*

Esto se parece a cuando una persona compra por impulso, y lugo quiere evitar los sentimientos que le remuerden la conciencia. ¿Qué hacen? Encuentran un modo **de justificar su compra.**

Tenga claro una cosa: ¡Nadie se queda con otra persona porque su mente racional diga, "¡Oye deberíamos trabajar para mantener esta relación porque somos *compatibles*! ¡Me quedo!" Las parejas se quedan juntos por uno de estos motivos:

1) Están atraídos el uno por el otro a un nivel profundo en el que ninguno de los puede dejar al otro. (También la causa primaria de muchas relaciones malsanas.)

O

2) Ellos están cómodos con alguien que les da bastantes razones de quedarse sin que les moleste lo suficiente como para querer marcharse.

Mire todas esas parejas, casados o juntos, que conoce y ve cada día. ¿Cuántas veces se ha preguntado, *"¿Qué demonios ven el uno en el otro?"* Ve a mujeres altas con hombres bajos, fumadores con no fumadores, vegetarianos con carnívoros, nerviosos con tranquillos. Diferentes clases de personas están juntas, y no por motivos demasiado simplistas como que "los opuestos se atraen." Ellos están juntos porque su atracción es fuerte (casi siempre debido a las cualidades y rasgos que entrenaremos aquí), y porque ellos satisfacen las necesidades de la otra persona.

Tenga presente que los opuestos realmente atraen, pero sólo temporalmente. Para quedarse juntos con contraposiciones verdaderas, deben tener bastantes semejanzas para mantenerlos unidos. También hay otra fábula, que dice que debería buscar a alguien *exactamente* como usted para ser compatible. Esto también fallará, ya que una relación necesita una dinámica de diferencias para impedirle estancarse.

*Idealmente*, le gustaría estar con alguien que reúna los criterios requeridos en su lista (como la que le instruiré a construir) así como que le atraiga a un nivel visceral. ***Siendo realistas*** la mayor parte de las personas no hacen caso de lo que pensaron previamente cuando conocen a alguien peligrosa y molesta. Lo que le ayudaré a tener en las etapas tempranas es autodisciplina, la voluntad para mirar desde lejos y reconocer cuando una mujer tiene los rasgos (la "compatibilidad") que usted quiere. La alternativa de saltar precipitadamente a una cita o relación sin respeto, es que después se dará cuenta de que se ha atrincherado con alguien que es incompatible de modos malsanos o hasta venenosos.

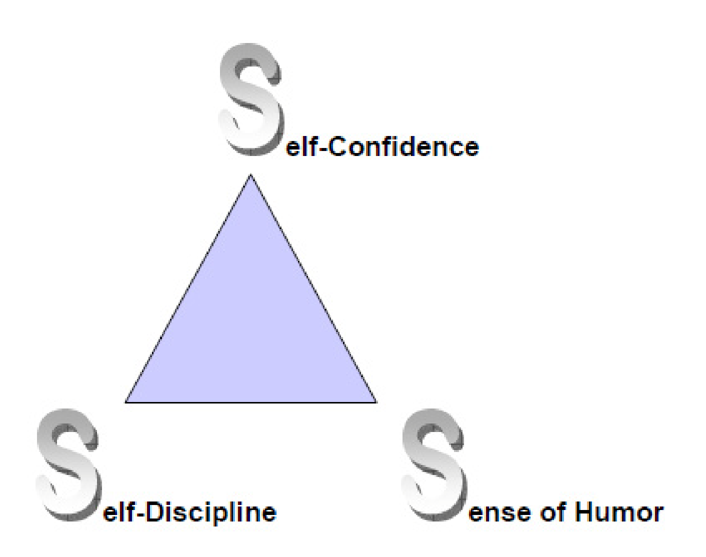
La Verdad es que la compatibilidad a largo plazo es una percepción de la atracción del uno con el otro, junto con un capacidad de satisfacer las necesidades del otro. Nos quedamos juntos a largo plazo en la medida que "encajemos" como piezas de un rompecabezas. La compatibilidad se preocupa poco por las "diferencias", sólo diferencias elogiosas y que funcionan o las diferencias que chocan y no funcionan.

Me doy cuenta que todo esto va en contra de lo que dicen todos los Expertos que le dicen que debería buscar a su *alma gemela*, su Amor Verdadero. La mayoría de las mujeres se enamoran de esta ilusión, ya que es muy romántico pensar que hay sólo una persona para "completarlas." No hay ninguna persona que sea "la Única". Existen **muchas** mujeres muy atractivas y que encajarían en sus exigencias de personalidad. Es una ilusión romántica (***desilusión***) pensar que sólo existe una persona en el mundo que sería un gran partido para usted. Su objetivo es averiguar sus exigencias *de antemano*, y luego comenzar a cribar las mejores mujeres candidatas. Entienda que esta primera lista que le pediré es simplemente un instrumento de cribado. Las cuestiones verdaderas de compatibilidad no emergerán hasta mucho más tarde, cuando decida firmar una relación de largo plazo con alguien. Eso es cuando entiende si su alma realmente quiere aparear.

Personalmente siento que tenemos relaciones más sanas cuando aprendemos a apreciar tanto las faltas e imperfecciones de la persona con la que estamos tanto como sus rasgos buenos.

## Las Tres S - la Clave de su Juego Interno

Su juego interno confía en su adhesión a lo que he llamado las Tres S. Estos tres rasgos, cuando se desarrollan internamente y por fuera demostrados, le concederán poder y carisma con las mujeres. Aquí están:




**Rasgo 1: Seguridad en sí mismo** [Self-Confidence]

**El modo en que se considera a sí mismo determinará la calidad de sus relaciones.**

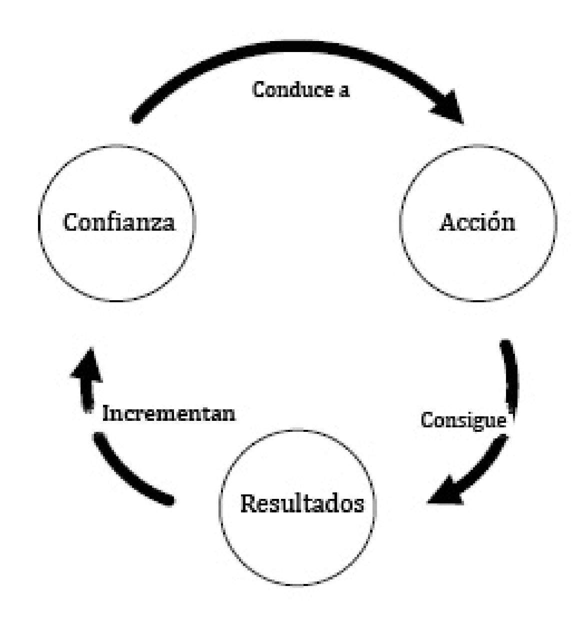
La seguridad en sí mismo es la proyección de usted y su seguridad. Cuando tiene seguridad en sí mismo, está proyectando que:

- Es feliz consigo mismo.
- No tiene miedo de la vida o lo que venga del futuro.
- Tiene una actitud positiva.
- Sabe a dónde se dirige.
- Es independiente, no dependiente y necesitado.

Todo esto comienza y termina aquí. El amor propio es una parte fundamental de la seguridad en sí mismo que proyecta, y lo orgulloso que está de **sí mismo**. Está más allá del alcance de este libro intentar decirle cómo reparar el amor propio severamente dañado, sin embargo, debería saber que cada uno, y realmente quiero decir *cada uno* de los ególatras, tienen áreas de baja autoestima. Este conocimiento

debería confortarle y facultarle. Después de todo, la mayor parte de las mujeres que conoce son tan inestables e inseguras como **usted** en la primera cita de café.

Como mejorará con las técnicas y estrategias aprendidas aquí, sentirá subir su amor propio, y esto abastecerá de combustible su progreso para continuar.




**Ciclo de la Confianza**

**Nadie puede hacerle sentir inferior sin su permiso.**

**Armadura**

La Verdad es que nadie puede hacerle sentir **nada** sin su permiso. Lo que alguien dice sobre usted no siempre es verdad. Casi siempre reaccionamos a lo que la gente dice como si sus acusaciones y argumentos fueran válidos, como si *pudieran* ser ciertos.

Piense en esto: Si una mujer le llamara nervioso, se enfadaría un poco, incluso se pondría a la defensiva.

*"¡Te pido perdón! ¡Yo no soy tal cosa! Por qué … yo …"*

Las protestas y los argumentos siguen. Es un ataque contra su castillo. ¡Rápido, justifíquese!

¿Y si una mujer usara el mismo tono serio y le llamara Vulcano de sangre verde? La miraría y se reiría a gusto. ¿Por qué? Porque **sabe** que no es verdad. Esto no le describe ni si quiera *vagamente*. No es ningún ataque a su castillo. Ni si quiera requiere de una justificación.

¿Cuál es la diferencia entre estas dos situaciones? Incluso si la primera acusación (eres nervioso) es tan falsa como la segunda (Vulcano de sangre verde), en secreto teme que ella vea algo - que ella *podría tener* razón. Cree que porque podría ser verdad, en verdad **podría** ser cierto.

La Verdad es que nos sentimos dañados debido a nosotros, no por lo que una mujer le dice. Aquellas son *sólo palabras* que salen de su boca, y podrían estar tan bien como el Swahili. Estamos siempre a la defensiva por naturaleza, y siempre tenemos miedo de que alguien manche la herrumbre o agriete nuestra armadura.

¿Ha revisado su armadura?

Su armadura es la integridad y la seguridad en sí mismo. Cuando tiene el amor propio alto, su seguridad en sí mismo es obvia. Su armadura está pulida, sin grietas o partes ausentes. No siente como si cada persona le pinchara cada vez que hablan, y cuando actúan, nunca penetran su armadura. Va por ahí como alguien que sabe que está bien protegido y no tiene que interpretar las palabras del otro como ataques. Una relación no es más que el lugar donde dos autoestimas se encuentra. Las áreas espinosas de uno irritará al otro donde exista debilidad. Tiene que inspeccionar su armadura para saber dónde está su vulnerabilidad.

Los palos y las piedras no romperán sus huesos, porque sabe que esas cosas nunca pueden hacerle daño.

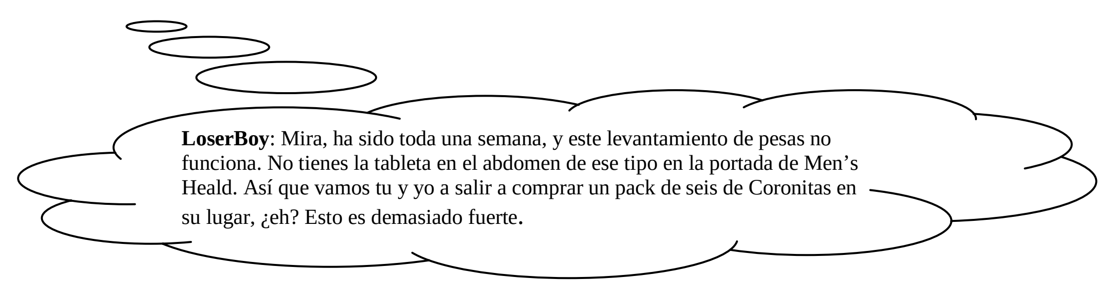
**Rasgo 2: Autodisciplina** (Self-Discipline)

La autodisciplina tiene varios aspectos, pero sólo es el otro lado de la moneda junto con la seguridad en sí mismo. Las dos van muy estrechamente unidas.

La primera parte de la autodisciplina es su buena voluntad de pagar un precio, hacer aquello que necesita para alcanzar su objetivo. ¿Perder unos kilos? ¿Se pondrá al menos *un poco* en forma? ¿Contendrá su necesidad de tirarse un pedo en público? ¿Buscará tiempo y energía para ir el viernes a una clase de baile en vez de mirar la lucha libre?



Otra parte de este precio es su persistencia. ¿Puede seguir haciendo las cosas correctas durante mucho tiempo sin ver inmediatamente los resultados? ¿Es la clase de persona que tirará una maceta al suelo cuando no vea las hojas crecer en seguida, o puede esperar y tener la fe de que si sigue regando, **conseguirá** las flores?




Oirá mucho a **LoserBoy** cuando comience a hacer estos cambios en su vida. Él realmente quiere que tema el cambio, y los viejos hábitos de pensamiento son muy fáciles de retomar.

Aquí una Verdad muy importante que tiene que saber:

**Si regularmente hace las cosas que los ganadores hacen, conseguirá los mismos resultados.**

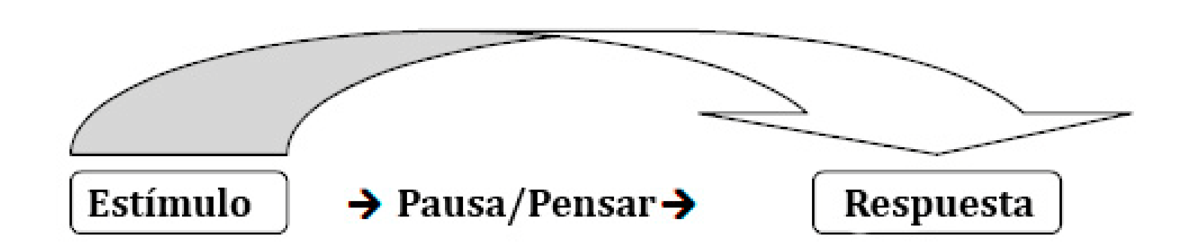
Si comienza a comer correctamente y ejercitarse del modo en que un atleta lo hace, conseguirá esos resultados. Si comienza a abordar mujeres de la manera que le explicaré, conseguirá más citas y más mujeres en su vida. Si comienza a tomar el control de sus pensamientos y planea sus objetivos, los conseguirá.

¿Realmente no es complicado, verdad?

La otra cara es que si hace las cosas que **LoserBoys** hace, conseguirá esos resultados. Si come donuts como Chris Farley hizo, va a terminar por parecerse a él … o **terminar** como él.

**Tanto si piensa que puede como si no, usted tiene razón.**

La otra parte de la autodisciplina se refiere a mantener un nivel de control en sus pensamientos y acciones cuando está con una mujer. Hay ciertos comportamientos y patrones en los que puede caer fácilmente si no está entrenado en reconocerlos, y antes de que lo sepa, su juego se habrá terminado.




Reaccionar a las acciones o palabras de una mujer es el más grande de estos errores. Cuando reacciona, va directamente del Estímulo (algo que ella dijo o hizo) a la Respuesta (alucinar, gritos, comentario inadecuado). Como seres humanos, estamos dotados de la capacidad de hacer algo que los animales no son capaces: podemos insertar una pausa entre el estímulo y respuesta. En aquella pausa, también tiene la capacidad ***de pensar***.

Cuando puede demostrar la capacidad de pararse y razonar, no sólo toma mejores decisiones para sí mismo, muestra una consecuencia y racionalidad que las mujeres encuentran atractivo. Esta pausa también le dará la posibilidad de evitar los test de la chica y encender su ira. De vez en cuando, una mujer *hará* cosas para conseguir que reaccione. Es un mecanismo de control, y una vez que cae víctima de ello, ella sabrá manipular su cólera si ella quiere. Su habilidad para evitar esta reacción es **un desafío** para las mujeres, y esto aumenta su atracción.

La clave aquí es NO reaccionar a sus órdenes o comportamientos. Actué con independencia de ello. Si ella le intenta romper sus payasadas, ríase de ella y con un guiño dígale, "Sabes cómo cautivar a un chico" Si ella insiste en su mala leche, entonces se aleja con un cortés, "Tengo que irme. Que tengas una buena noche."

Algunas mujeres mantienen un exterior frío para ver cómo reacciona. Es una prueba. Está intimidándole, y ellas LO SABEN. Esto establece pronto si usted es el tipo de hombre que necesita la aprobación de una mujer para estar cómodo. Es una sutil maniobra coercitiva en la que muchos hombres caen en lugar de actuar con independencia.

## Rasgo 3: Sentido del Humor

La capacidad de hacer reír a una mujer es probablemente su activo número uno. He tenido novias y me he acostado con otras sólo usando este simple rasgo, y es asombroso lo lejos que puede llegar con él. Queremos reírnos, y las mujeres normales y sanas **aman** reírse.

Si no tiene bien desarrollado el sentido del humor, ahora es el momento para trabajar sobre ello. Considere esto: No muchas personas son graciosas. He ido clubs de la Comedia donde me he sentido terriblemente avergonzado por los intentos de hacer reír de algunos tipos. Me di cuenta que la comedia verdadera, al nivel de Eddie Murphy o Robin Williams, es bastante rara. Así que no se sienta mal en absoluto si no piensa que es una máquina de risa. *No tiene que ser un gran cómico para conseguir que las mujeres se rían.* Lo más interesante es que la mayor parte de las mujeres se reirán con usted por puro nerviosismo; sólo necesitan un suave empujón en el costado.

El humor comunica muchas cosas diferentes. Demuestra un cierto nivel de seguridad en sí mismo. No puede mostrar sentido del humor mostrando poca confianza al mismo tiempo. Esto también muestra que no se toma la vida demasiado en serio, y que no es tan serio que no pueda hacer una broma sobre las cosas tontas de la vida. Esto avisa a una mujer de que puede respirar un poco y no ser tan intensa y mantener la compostura.

La mejor clase de humor para usar es el **bromista**. Tiene que ser juicioso sobre su uso, pero una buena broma comienza la atracción de una mujer, y esto también le demuestra mucho desafío. La broma puede hacerse como una diversión alegre, o usada como algunos la llaman “un nega.” Aquí un ejemplo de una broma ligera:

**Anna**: Así que pensé que iría a la escuela de arte el próximo año.
**Jake**: No me digas que vas a hacer una de esas piezas de arte donde se sienta desnudo en un cuarto y lanza pan mojado a la gente.
**Anna**: (sonrisa) Ah, estate tranquilo! ¡ Así no! Me gusta dibujar naturaleza muerta.
**Jake**: (ojos amplios) ¿Quieres decir… gente muerta? ¿Ves a la gente muerta?” (sonrisa satisfecha leve)
**Anna**: ¡Alto! (riendo) “me gusta dibujar algún desnudo. Cosas así.” (sonrisa porque ella ya sabe lo que viene, *o lo piensa*)
**Jake**: Pues me senté una vez para un desnudo, pero necesitaron un lienzo muuuuy grande. (hace rodar sus ojos y muestra una sonrisa grande para mostrar que es un payaso.)
**Anna**: (otra vez, riéndose) ¡Eres muy malo!
**Jake**: ¡Ah! pues tu eres bastante pervertida también. Dibujando a toda esa gente desnuda. Dímelo, guardaré tu secreto si me invitas a una cerveza. ¿Trato?
**Anna**: tal vez … pero ¿qué hay para mí?”
**Jake**: conseguir el placer de mi compañía durante un poco más de tiempo. No lo hacen muchas, no soy fácil. (guiño)

¿Ve cómo Jake no la dejó que le enganchara? Mantuvo las bromas, sólo haciendo algunos comentarios graciosos, y metiendo a Anna en el juego. Sólo estuvo un poco creído(“Conseguir el placer

de mi compañía …”) Esto es como las bromas de la escuela primaria en el patio, y esto todavía funciona amigos. ¿Piensa que Jake consiguió esa cerveza? Apostaría a que sí.

Las mujeres han sido condicionadas desde que eran niñas para responder al desafío masculino, y ayudamos con el condicionamiento. En el jardín de infancia les hacíamos bromas pesadas. Coqueteábamos como locos en nuestra juventud. El problema comenzó cuando dejamos de usar esta habilidad y comenzamos a ser debiluchos, enviando poemas de amor y flores. A las mujeres les gusta el uso del humor y bromear juntos. La broma dice que usted no está intimidado.

Y si una mujer no responde al humor, tanto del suyo como de los otros - si realmente es seca y poco dispuesta a reírse – aléjese como si fuera el infierno. ¿Puede imaginar las dos horas siguientes, o mucho peor **una vida** con alguien así? Por favor, pégueme un tiro ahora mismo.

La otra clase del humor que puede usar es una mezcla de comedia y seguridad en sí mismo. Esto se ha llamado negas o impactos negativos, y es un modo de golpear a una mujer en su pedestal cuando ella lo necesita. Esto funciona mejor para mujeres que van sobradas de sí mismas. Cuando está con una mujer que es un 9 o un 10 en la escala de HB[*Hot Babes*], ella por lo general lo sabe, e intentará descomponerlo tratándole como el debilucho suplicante que ella sospecha que podría ser. Aquí está otra interacción, esta vez Jake encuentra a Helena, una chica guapa con el pelo rubio y largo:

**Helena**: entonces pensé que iría a Europa este verano a ser modelo. Mi último novio dijo que tenía el cuerpo para ello.

**Jake**: Ah, ¿en serio?. (expresión aburrida, no mira su cuerpo de la manera en que ella obviamente quiere.) no estoy seguro de que tengas talento para ser modelo. En lugar de eso, ¿has pensado en el rodeo?

**Helena**: (mirada de shock) ¿Rodeo?

**Jake**: (leve sonrisa satisfecha) Sí. No es tan fascinante como ser modelo, pero viajaras mucho, y tengo entendido que hacen muchas inauguraciones.

**Helena**: ¿no piensas que tengo un cuerpo bonito?

**Jake**: estás *bien*. Eres un poco flaca para mi gusto. ¿Quieres una hamburguesa o algo? No pensaré menos de ti si aceptas. (Pequeña sonrisa satisfecha, entonces ella sabe que él la está picando en trocitos)

**Helena**: ¡Eres malo! (risas, le da pequeños puñetazos, trata de actuar locamente, pero muestra ahora su inseguridad) ¿Vamos, no piensas que yo podría ser modelo?”

**Jake**: (todavía sonriendo con satisfacción) bueno todo depende de para qué seas modelo. ¿De traje de osos, tal vez? No, espera, ¿uniformes de hospital? (agarra su nariz como si fuera un intercomunicador) “*Llamando a la enfermera Helena, preséntese en la U.C.I. para que le hagan una foto…*”

**Helena**: ¡eres idiota! ¡no es gracioso!” (poniendo mala cara con poca sonrisa.)

**Jake**: Te voy a decir una cosa, meditaré esto de ser modelo con una bebida. Tu invitas, ya que no puedo quitarme de la cabeza esa imagen de ti en el rodeo. ¿Trato?

Las mujeres no tienen que ser idolatradas o puestas en un pedestal. De hecho, esos que creen que debería ser así necesitan romper más sus creencias. Debajo de sus bravatas, las mujeres más guapas son las más inseguras, porque saben que son apreciadas más por su aspecto. Las mujeres hermosas a menudo tienen los egos más frágiles, y ellas son las más susceptibles a las dudas y los desafíos. Estas mujeres creen en su poder sobre los hombres y responden más a hombres que *no son fácilmente conquistables*, del mismo modo que usted responde a mujeres no disponibles. Tiene que darse cuenta, que las mujeres magníficas son aduladas y babeadas todo el día. Están acostumbradas a ello. Y cada hombre que le da los mismos elogios que el último tipo es despedido rápidamente. Para pasar a los mecanismos de atracción de las mujeres bonitas, tiene que hacer algo que le muestre como **un desafío**, y darles una oportunidad de demostrárselo. Esto es lo que Jake hizo con Helena, la clase de pinchazos juguetones que *funcionan*. Las mujeres hermosas responden más ***a la retirada*** de atención, desde que sus frágiles imágenes se ponen en entredicho.

Las mujeres tienen una necesidad enorme de probarse a los hombres. Quieren demostrar que pueden estar a la altura de sus madres. Su amor propio es muy relativo, y confían en usted para obtener *feedback*. Saben que otras mujeres no van a decirles la Verdad (¿ha visto a las mujeres criticarse las unas a las otras cuándo una no está alrededor?), así que ***usted*** para ella es su espejo.

**El desafío** consiste en lo que comunica en general cuando combina las **Tres S** a mujeres en un inteligente patrón de ataque.

1. Es bastante ***seguro de sí mismo*** para saber que *no necesita* a ninguna mujer.
2. Es lo suficientemente ***auto disciplinado*** como para mostrarlo a ella con sus acciones.
3. Usa su ***sentido del humor*** para mantener las cosas a un nivel donde no tiene que ofenderla o intimidarla abiertamente (actuando como un cabrón)

Usted la desafía todo el rato, y le permite demostrarle su capacidad de hacerle feliz a lo largo del camino. También tiene algunas obligaciones, pero ellas son más fáciles de conocer si va con las Tres S bajo el brazo. Todas las tácticas y las estrategias usan las Tres S como base para aumentar la atracción e interés que ella siente e impedir que se estrelle y queme.

## Confianza

Este es un tema que debe preocuparle. Una mujer no puede sentirse atraída si no siente confianza hacia usted. Su único trabajo en las etapas iniciales es demostrarle que es un hombre de confianza.

¿Qué es la Confianza? La confianza es un mecanismo de precaución. Es la capacidad total de sentirse segura y cómoda en su presencia. La confianza es:

*Saber que usted no es *físicamente* abusivo o violento.
*Saber que usted no es *emocionalmente* abusivo o violento.
* Una buena disposición para arriesgarse con usted y que no la hiera.

Es como el juego de tirar de la cuerda. En un extremo de su des-Confianza está el Deseo tirando de ella, diciéndola todas las grandes cosas que usted podría darle, como validación, felicidad, diversión, sexo, etc. El deseo no ganará hasta que la desconfianza caiga al barro.

El modo más fácil de hacer que una mujer confié es **ser de confianza**. No mentir. No engañarla o desorientarla. Lleve a cabo su palabra. Sea consecuente. Y no haga sólo estas cosas para conseguir más mujeres – sino porque son las cosas honorables que hacen los **hombres de verdad**. Construya el verdadero carácter. Si trata de falsificar su honradez, nunca tendrá éxito. Ella lo descubrirá husmeando en seguida.

## Resistencia

Las mujeres tienen una dura cáscara de caramelo en el exterior, y son blandas en el interior. Como los caramelos M&Ms. Si ha tratado alguna vez de disolver el exterior de un M&M sólo haciéndolo rodar alrededor de su boca, también sabrá que la espera puede llevarle bastante tiempo y frustrarle. Tiene que confiar en que se puede morder y llegar rápidamente a la parte más blanda, sin romperse los dientes en el proceso.

Las mujeres presentan una cáscara defensiva a su alrededor para protegerse del daño, y es su deber encontrar un camino. La mejor forma de hacer frente a estos comportamientos de resistencia y parar cualquier comportamiento excesivamente malicioso es hacerlo tan pronto como le sea posible. Si una mujer se resiste de modo agresivo a alguno de sus avances, puede decidir que es mejor dejarlo e ir al descubrimiento de alguien un poco más tratable. Antes de que lo haga, debería tratar de romperse su defensa con una estratagema digna para la retirada:

*"Jackie, he salido contigo estas dos últimas semanas y he sido agradable contigo, pero tú sigues sin abrirte a mí. Antes de que lo dejemos, me gustaría decirte que veo tu acto de resistente como una fachada. Puedo ver a través de tu cortina de humo. Profundamente dentro, quieres extender la mano y ser apreciada, pero tienes miedo de confiar. Lamentaría por ti dejar pasar las maravillosas oportunidades de la vida, pero deberíamos dejar de vernos si vas a dejar pasar esto."*

Muestre a las mujeres su comportamiento con lenguaje directo, y estará asombrado de los potentes resultados, sobre todo si es capaz de describir sus reacciones emocionales de un modo en el que ellas no han sido capaces. Las mujeres exigentes y maliciosas comenzarán probablemente una lucha, en cuyo caso

puede alejarse, pero pienso que muchas le llamarán después de que ellas hayan refrescado sus motores a reacción y se hayan dado cuenta de que han oído la Verdad.

## Rasgos Suplementarios

Estos rasgos adicionales, que no forman parte de las Tres S, también son una parte crítica de su juego interno. Tienen que entenderse y ser desarrollados a fondo para llegar a ser un Hombre Dinámico.

### Actitud

La actitud es otro de los conceptos importantísimos que deberá entender si quiere tener éxito en el juego del amor. La actitud es el modo en que proyecta su amor propio al mundo que le rodea. Es el determinante principal para evaluar cuan exitoso será en la vida.

**Lo que pasa no es tan importante como lo que hace con ello.**

Aquellos que han conseguido un gran éxito en el mundo han aprendido este hecho: con pocas excepciones, *no debe preocuparse demasiado por lo que la gente piense de usted*. El problema aparece cuando toma esto por un extremo, y no hace caso a nadie. A este punto, es técnicamente conocido como un "idiota". Si está alerta y es escrupuloso, no debería tener ningún problema para tirarse por la borda, mi experiencia me dice que la gente se equivoca preocupándose demasiado por lo que los demás piensan.

Hay algo más que debería saber sobre las mujeres que tendrá un duradero efecto en su actitud:

**Ella no es mejor que usted.**

Esta es probablemente, la percepción errónea más común que los hombres y las mujeres mantienen el uno sobre el otro cuando reflexionamos sobre nuestro amor propio y la percepción que tenemos de nosotros mismos. Uno de las formas en que vencí esto fue cuando me di cuenta que, intrínsecamente, no hay un ser humano que sea realmente más valioso 'o mejor' que otro. Dormimos, comemos, nos tiramos pedos, eructamos, y somos anfitrión de otras funciones naturales del cuerpo. Nadie asusta cuando está sentado en el wáter.

Lo que en última instancia determina nuestro estatus en la vida es lo que **hacemos** con ella. No nos lamentemos de las cosas que no podemos cambiar - una infancia traumática, que no seamos más altos, etc. Muy a menudo, la fuente de nuestros miedos procede de enfrentarse con una situación donde debe iniciar algo con una mujer y en secreto cree que ella es de un estatus más alto - que ella es mejor que usted de algún modo, y que sus juicios lo van rechazar. Una vez que disipe esta creencia perjudicial, verá que es una deformación y una ilusión restrictiva.

Hay muchas técnicas para vencer este modo de pensar. El primero lo insinué antes: tome un momento antes de hablar con una mujer para imaginarla con su ropa interior alrededor de sus tobillos en el váter. Otra visualización podría ser imaginar a su HB 9-10 cuando ella tenga setenta y tres años. O, si engorda 15 kilos cuando está embarazada.

¿Temible? ¿destemplado? quizás. Éstas no son las imágenes más románticas, pero esto no es lo que necesita ahora mismo. Las ilusiones románticas abundan en los primeros meses de las citas, y algo que puede hacer para conservar la cordura e impedirle engañarse es crear estas imágenes. Tendrá mucho tiempo para "soñar despierto" a lo largo del camino, pero sus sueños deberían ser por ahora la emoción de éxito que sintió en su última cita, no una fantasía sobre lo que podría ser.

**Ella no es mejor que usted.** ¿Sabiendo esto de repente no la convierte en un trozo de pastel andante al que le quiere pedir su número de teléfono?

Una perspectiva positiva es la parte principal de su actitud. Es un indicador de salud en una persona, ya que esto refleja su predominante filosofía de vida. Es un poco trillado usar la vieja analogía una vez más de "el vaso está medio lleno / medio vacío" (probablemente porque somos todos tan cínicos que hasta los mejores refranes son rechazados si son oídos más de una vez). Puedo no ser capaz de convencerle que una actitud positiva es más realista que una negativa, pero realmente tengo una razón muy aplastante de por qué no puede permitirse actitudes negativas o pesimistas:

**No sabe lo suficiente para ser pesimista.**

El pesimismo está basado en gran parte en la presunción falsa de que sabe lo suficiente sobre el futuro para hacer un juicio sobre ello. Queremos sentir que somos superiores, y uno de los modos en que lo hacemos es hacer saltos deductivos para que podamos decir más tarde "te lo dije". El pesimismo se parece a esto. Asume lo peor, y cuando alguien le dice que algo no salió como esperaba (aunque hubieran aprendido algo en el proceso), el negativo comienza con "todo esto lo sabía."

**LoserBoy**: Mira, ya te dije que ella no te daría su número de teléfono. ¿Por qué tuviste que intentarlo de todos modos? Debes escucharme más.

En realidad, **nadie** sabe el futuro. Queremos basar nuestras expectativas del futuro en el pasado, pero - justo como dice el folleto para un fondo de inversión - "los resultados pasados no son un indicador de resultados futuros" Los resultados podría ser buenos; o realmente malos. El caso es que *no hay más probabilidad de saber si serán malos como buenos*. Si no intervienen otros factores, siempre puede elegir la perspectiva desde la que ve la vida.

Elija la mejor.

Su actitud determinará su éxito, y no sólo en las relaciones y las citas. La actitud traza el curso de los destinos que elige en la vida. No subestime el valor y la importancia de este rasgo.

**Escasez frente Abundancia.**

¿Ve opciones ilimitadas en el mundo?
¿Ve bastante éxito en el mundo para cada uno? O ¿se encuentra celoso cuándo un amigo o compañero de trabajo consiguen algo que vale la pena?
¿Cree que el Éxito se parece a una tarta, y que tiene que conseguir su porción frente a otro?
¿Es de los que piensan que cuando alguien consigue a una chica, queda una menos para usted?
¿Tienen miedo de perder una posibilidad de sexo con una mujer?

Estas preguntas ponen de relieve si tiene una mentalidad de escasez o de abundancia. Cuando está motivado por la escasez, está motivado por el miedo de la pérdida. Sólo actúa cuando siente que debe, porque van a quitarle algo de su vida si no hace nada. No agarra la oportunidad; simplemente lucha para guardar lo que ya tiene.

Cuando posee una mentalidad de abundancia, ve que hay más opciones en el mundo de las que tiene tiempo de explorar. Hay más mujeres en el mundo que tiempo para conocerlas, y menos necesidad de perder su tiempo en las que no están interesadas. El universo está lleno de posibilidades infinitas, y no debería tener tiempo de revolcarse en la desesperación de sus fracasos (percibidos o verdadero).

**NUNCA olvide que nació sin ella. Y que hay cientos mejores que ella
y miles más que son aún mejores que ella. ¡No pierda su tiempo!**

Aquí tiene un concepto que aprendí mientras estaba en ventas, y es muy válido en el mundo de las citas. Es un gran motivador para combatir la voz disimulada de LoserBoy y hacer las cosas que sabe y debe a fin de tener éxito.

**Cuanto más hace las cosas que la gente fracasada no hace, más éxito tendrá.**

Más aún cuando hace las cosas que disuaden o desalientan a otros, mayor éxito tendrá. Y si puede encontrar un modo de gustar realmente haciendo esas cosas, el premio será aun más grande.

Cuando trabajaba en servicios financieros, me di cuenta que había muchas personas en nuestro negocio que absolutamente rechazaban hacer cualquier venta en frío. Uno pensaría que podían meter sus cabezas en gasolina con toda la resistencia que estaban ofreciendo. Así que yo salí, conseguí el directorio Criss-Cross (una guía telefónica inversa, que pone a la gente en una lista empezando por la dirección y luego por su nombre) y empecé a llamar a cada persona dentro de mi condado. Empecé con un guión y definí un objetivo de conseguir cuatro entrevistas en una noche. Al principio era doloroso (si creen que el rechazo de las citas es molesto, intenten la venta en frío, amigos.) pero al rato se empezó a poner fácil, porque reconocí que la peor cosa que me podría pasar consistía en que ellos dijeran que no y se fueran. Y hasta comencé a mejorar y conseguir ventas. Hice lo que otros no hacían, y conseguí el éxito como resultado.

Casi todos nuestros miedos se reducen en esencia a no disgustar a otros. En la raíz de nuestros miedos, aprendimos ya a una edad temprana que no queremos a alguien enojado con nosotros. Esto comenzó con nuestros padres y después hemos sido unos esclavos de la aprobación de los otros. Hoy existen pocas amenazas verdaderas físicas a las que tener miedo como hambre, plagas o ser atacado por animales. En las citas, ¿qué es lo peor que podría ocurrir? ¿Qué ella diga no? Tomaré esto como una plaga cualquier día. Pero la Verdad es que incluso mirando las cosas desde el peor punto de vista, no será rechazado más de nueve de cada diez veces.

Concentrado en este nuevo camino. Reconocerá que la peor cosa que podría pasarle cuando conoce a una mujer es que ella diga "No", y que ese “No” no tiene nada que ver con quien es como hombre. Y cuando consigue "No", también logra una oportunidad de aprender de sus acercamientos y mejorarlos. Entonces se da cuenta de que nunca pierde. (¡ Reescriba las reglas!)

Cuando entiende esto, cuando lo posee, puede que incluso tenga la esperanza de encontrar mujeres que le digan "No" sólo para obtener un poco más de experiencia.

**Lo que no nos mata, nos hace más fuertes.**

## Integridad

El carácter de un hombre es todo lo que tiene. La integridad del carácter le guiará tan pronto como entre en la palestra de las citas. Un sentido firme de quién es y lo que está dispuesto a soportar será una guía inestimable cuando las cosas se pongan duras. ¿Será capaz de aguantar esos momentos difíciles, mantenerse firme en lo que cree? ¿O se derrumbará en un lío emocional? Se dice que si no se mantiene en algo, caerá por cualquier cosa.

Antes de que comience a conocer mujeres y salir al mercado, debería tener una lista de sus atributos positivos y puntos fuertes. ¿Quién consideraría seriamente la venta de un producto sin saber qué ventajas y beneficios tiene sobre la competencia? Y esto es exactamente lo que hace - vender un producto (usted mismo) a un mercado (mujeres).

Hice una lista para mí que conservo en mi cartera como un recordatorio, y la incluyo aquí para que pueda examinarla. Éstos son los Puntos Fuertes que me recuerdan que tengo la opción de quedarme o irme, y cualquier mujer que no pueda reconocer estas cualidades es el perdedor, no yo.

| | | |
|---|---|---|
| INTELIGENTE/PERSPICAZ | UN LIDER | SÉ ESCUCHAR |
| CONFIADO/ ATREVIDO | SENTIDO DEL HUMOR | AUTO DISCIPLINADO |
| CREATIVO | CULTIVADO | ESPONTÁNEO/ AVENTURERO |
| MADURO EMOCIONALMENTE | FÍSICAMENTE APTO/SALUDABLE | CABALLEROSO/ ROMÁNTICO |
| AMABLE/ DADIVOSO | BIEN ARREGLADO | FLEXIBLE |
| ALTA INTEGRIDAD | LÍMPIO | PROVEEDOR/ AFORTUNADO |
| EQUILIBRADO | OPTIMISTA/ POSITIVO | CONOCEDOR DE LA MUJER/SU CUERPO |
| LEAL | RESPONSABLE | SOFISTICADO |

Hay toda una serie de métodos de visualización y de afirmación por ahí que pueden ayudarle si tiene algunos problemas de autoestima (y todo el mundo – incluyéndome a mí - podría mejorar.) Véanse las Referencias al final del libro para más material que puede ayudarle en este área.



**Eres lo que estás pensando todo el día.**

Una vez leí en alguna parte que todos debemos actuar como si fuéramos el anfitrión de una gran fiesta. La vida misma **es** nuestra fiesta, después de todo. ¿Alguna vez ha notado que cuando está organizando una fiesta, se siente seguro de sí mismo, capaz de iniciar y mezclarse en cualquier conversación que desee? Es fácil porque es su fiesta. Bueno, no hay nada que le impida hacer esto cada día, y en cada fiesta real o reunión en la que tome parte. Finja que el mundo es su fiesta.

Actué como si **fuera el anfitrión**. Porque, en realidad, no hay nadie más que usted.

## Cree un Código, y una Misión

Cada hombre tiene que dibujar una línea en la arena y determinar lo que está dispuesto a aceptar y lo que no de otra gente. Tiene que tener un código, un nivel aceptable de trato al cual puede sostenerse con firmeza. Comience con una postura firme, y luego ablande los límites según vea. Por otra parte, si comienza con una postura débil o blanda, nunca lo tomarán en serio cuando trate de adoptar una actitud más tarde, y acabará por tomar más mierda de la gente durante más tiempo.

Establezca su código de comportamiento y mantenga a la gente en él. Mucha gente tiene miedo a ser rechaza si regaña a sus “amigos” cuando éstos le tratan mal. Una vez que pueda establecer lo que quiere de los hombres y las mujeres en su vida, tendrá un barómetro que le impedirá caer en el martirio en sus relaciones. Cuando una mujer le maltrata, le deja saber que esto es ***inaceptable***, y ella elimina ese comportamiento o se va. Le respetará, pase lo que pase que ella diga o haga.

Su misión es de lo que trata su vida. Piense en los grandes líderes del planeta y lo que intentan hacer. Nunca tienen problemas con las mujeres porque estos hombres crean una vida en la cual merece la pena formar parte, y esto atrae a todas las personas.

Siéntese en algún momento y piense en lo que significa la vida para usted, y lo que quiere hacer con ella. No tiene que conducir una revolución o consolar a leprosos para hacer lo que quiere hacer. A veces es tan simple como crear una familia, o dejar una herencia de abusos. Sea lo que sea, depende de usted determinarlo.

Las mujeres pueden descubrir a un hombre con objetivos, y este es el más potente de todos los afrodisíacos. Muéstrele que tiene una misión, y encontrará que las mujeres no son realmente un problema.

**No sueñe pequeños sueños, ya que no tienen poder de mover al hombres.**

## La Rueda de la Confianza

Los hombres en general tenemos hambre de más confianza en nosotros mismos y nuestras relaciones con las mujeres. Irónicamente, uno de los factor en el que todos están de acuerdo - lo adivinó – para conseguir todo esto es **seguridad en sí mismo**.

La seguridad en sí mismo no es un estado a alcanzar, aunque pueda sentirlo así ocasionalmente. La confianza es un ciclo, una rueda, si lo prefiere, que tiene que aprender a iniciar por sí mismo. Verá, la confianza se alimenta por sí misma, y esto por su parte (como un reactor nuclear con sus barras de control arrancando) crea un efecto dominó de energía que sirve para elevarle al siguiente nivel. El éxito llama al éxito. Si confía en sí mismo, no hay modo de que ella pueda derribarlo.

Así pues, ¿cómo conseguir esa seguridad en sí mismo? El consejo es simple, **just do it**.

Realmente lamento manosear lemas, pero está en la cabeza, amigo. La única cura a todos sus problemas es sentir el miedo, la inseguridad, la angustia – sea cual sea - pero haciéndolo de todos modos.

¿Se siente inseguro? Genial. Pídale su número.

¿Se siente infeliz? ¿No consiguió levantar? Estupendo. Vaya e invítela a salir.

No, realmente, hágalo. **AHORA**. Actué a pesar de todo. Es todo una cuestión de actitud. Las mujeres no saben qué está sintiendo a menos que A) Se lo diga o B) no haga nada. Verá, la Verdad es que si no hace nada, su situación no se hace mejor. Si hace algo, siempre cosechará recompensas. Y la acción engendra la energía más positiva a lo largo del camino. Sólo está deprimido cuando piensa y no actúa.

Incluso si no consigue los resultados que quiere, todavía se sentirá mejor habiendo hecho **algo**. La espera es sólo una forma inteligente para seguir perdiendo.

**Es mejor lamentar las cosas que hizo que las cosas que no hizo.**

Seguramente su estado anímico interferirá y le dirá que usted no es el semental que pensaba que era. Las dudas, esos malos duendes que todos tenemos, entran sigilosamente y le dicen que es sólo otro estúpido que no merece ni el amor ni la atención de la chica. Inseguridad.

*No lo crea.*

Lo que necesita son sus propios rituales personales que le pongan en el estado de ánimo correcto y mantengan su rueda de la confianza engrasada y en marcha. Aquí están algunas de las cosas que yo mismo hago:

- Escriba en el espejo. Tengo un rotulador en mi cuarto de baño con el que escribo mensajes. Ponga todo lo que pueda decir para comenzar bien el día. Inspiración y sabiduría.

- Guarde una lista de sus puntos fuerte. Tengo una lista de mis veinticinco principales rasgos que me hacen una bendición para cualquier mujer que consiga mi tiempo y mi energía. Esto le da poder para marchase si se presenta el caso. Actitud.

- Examine su lista de características deseadas en una mujer. ¿A quién quiere que su mujer mágica se parezca? No es realmente con quién nos citamos y con quien nos casamos, pero **evitamos estar con quien no deberíamos**. Piense en ello: Si está solo, se alegra por tener la oportunidad de llorar en su cerveza que está solo. ¿Ha visto alguna vez a un hombre en una relación malísima? Todo es relativo, amigo mío.

- Haga una lista de los defectos de ella. Esto es la medicina de la perspectiva. Si puede dejar de pensar en una mujer como perfecta, será capaz de manejar mejor sus momentos de inseguridad con ella.

- Mantenga un diario y/o una colección de notas. Yo hago ambos, registro en el diario mis experiencias cotidianas (mucho más barato que un terapeuta, y más eficaz), así como tengo un documento en mi ordenador (de casa y del trabajo) con ideas de motivación y consejos. Guarde su perspectiva. Examine estas notas tanto como las necesite, y sobre todo cuando sienta la resbaladiza inseguridad.

Especialmente importante es encontrar la fuerza para evitar sus malos estados de ánimo. No se trata de que nunca vayan a aparecer en su mente, sino de no permitirles asumir el control y que le obliguen a llamar a Betty a las 3:30 AM un sábado cuando está bebido.

Recuerde que cada estado de inseguridad que ha tenido alguna vez ha pasado. **Cada uno de ellos.** No haga nada importante cuando está de mal humor o se siente inseguro. Quiero decir no hacer una acción insegura que podría poner en peligro una situación ya insegura de por sí, como llamarla tres veces seguidas cuando le salta su contestador automático. Resista el impulso. Espere. Es una mierda, y será **tan** tentado de hacerlo. Parecerá *desesperado*. (Vea “**Estados de ánimo**.”)

¡No lo haga! Respire. Tranquilo. Si es una decisión buena, *todavía* tendrá ganas de hacerla cuando se sienta seguro y confiado otra vez. Encontrará que su capacidad de tomar decisiones es mucho mejor cuando no está cegado por la desesperación o la obsesión.

Los hombres también tienen el hábito incontrolable de meterse dentro de la cabeza de la mujer. En un minuto se pregunta si ella piensa en usted, y lo siguiente es la ebullición de úlceras y su sien palpitando.

**LoserBoy**: ¿Ella me gusta? ¿Dónde está? ¿Por qué no devuelve mis mensajes? ¿Con cuántos hombres se está viendo? ¿Está durmiendo con ellos? ¿Por qué no quiere dormir *conmigo* ...?

Deje de obsesionarse. **Sáquela - de - su - cabeza**. Si pasa de temas como su espacio personal, su vida, su confianza, su felicidad, lo que sea que le está ocurriendo AHORA, está en la parte equivocado del campo, amigo mío. Esto es una Espiral Descendente de locura que significará su condena. Controle sus pensamientos, o su confianza se vaporizará. (Este es el mejor consejo que puedo ofrecerle. No coloque todas sus esperanzas en una mujer.)

**¿Qué se atrevería a hacer si supiera que no iba a fallar?**

Algo más que debe saber sobre la confianza es que se puede poner en marcha falsificándola al principio. Por lo general eso es todo lo que tiene que hacer para deshacerse de la ansiedad y los nervios y convocar la verdadera confianza atrapada bajo un barniz de miedo imaginario. Una vez que la rueda esté en marcha, sentirá la espiral ascender.

A lo largo de este programa le ayudaré a tomar acciones, porque una vez que empiece a actuar, construirá seguridad en sí mismo poniendo en marcha la rueda. Una vez que se mueve arrastrando los pies, encontrará que la rueda le ayuda a andar, luego a trotar, y antes de que se dé cuenta, a correr. Esta es la naturaleza de la Rueda de la Confianza.

**¡Sólo diga No! (Hombres)**

De vez en cuando tiene que decirle a una mujer "No". Podría ser en respuesta a sus pruebas, o sólo no aceptar comer donde ella quiere. Tiene que demostrar que no será guiado o controlado. La gran mayoría de hombres a menudo son dóciles con las mujeres, temen decir "No" y que ella deje de darles el sexo o les desapruebe de algún modo. Tienen miedo de que ella se encolerice. ¡La cólera es necesaria! Esto muestra que hay alguna pasión entre usted.

**Si no puede conseguir enojar a una mujer, tampoco la atraerá emocionalmente.**

Asegúrese de ejercer sus demandas e intereses en sus citas o relaciones- juiciosamente. Ella le respetará por eso, aunque pueda parecer que al principio es infeliz con su comportamiento "inflexible". Tiene que estar cómodo con no tener que buscar su aprobación de vez en cuando a fin de tener aceptación y respeto a largo plazo. Una mujer no puede amar a un hombre que no respeta.

**Haga lo que Sabe que Debe Hacer**

Aquí le muestro un síndrome que he notado muchas veces. Compruebe si le resulta familiar:

"Caramba, *realmente me* gusta esta chica. Ella es ÚNICA, tío. Pero sé lo que tengo que hacer para no perderla; no tengo que ***llamarla*** esta noche. Seré un desafío como dicen. No la llamaré. Esperaré."

(pasan 5 minutos)

" ¡Pero... caramba, no puedo ayudarme! ¡REALMENTE me GUSTA! ¡Es diferente! Pero... Tengo que mostrar...... la disciplina..."

(pasan 30 segundos)

"ARRRRRGGGGGHHHHHHH..."

Sonido de dedos marcando el teléfono... El contestador automático salta: " ¡Hola! ¡Soy Sheila! ¡Estoy en casa comprobando mis llamadas, haciéndote preguntar dónde estoy, pero puedes dejar un mensaje de perdedor cuando suene el bip! ¡Adiós!"

“¿Sheila?" (Desesperación aparente de la voz) "sólo quería llamarte y decirte que te amo y sé que *tú* lo sabes, así que no trataré de esconderlo más. Sé que esto te enamorará de mí, por favor llámeme."

(Pasan las horas. Ninguna llamada de vuelta.
Sonido de cabeza que aporrea la pared en el cuarto de baño. El llanto sigue.)

¿Qué está mal en esta escena? ¿O, debería preguntar, qué le resulta terriblemente familiar?

¡**Sabemos** lo que tenemos que hacer, pero carecemos de la DISCIPLINA para HACERLO!

Cada hombre luchará en la práctica con las estrategias que aquí abordamos, encuentre la fuerza dentro de usted para **hacer** las cosas que sabe que **debe hacer**. No hay ningún camino fácil. Ningún apuro simple. ***Sólo hágalo*** es todo lo que puede ser dicho, muchas veces.

La broma de nuestra baja autoestima es convencernos que cualquier cosa es buena si pensamos en ella lo suficiente y la racionalizamos de modo que parezca buena. ¡No, no es así! Cultive la fuerza para hacer lo que sabe que necesita hacer, y así ganará. Punto final.

La mayor parte de las personas no cambian su comportamiento hasta que alcanzan un punto de ruptura, y por lo general un rebote de cólera o desesperación. Pare las ilusiones que arruinan su vida amorosa.

Rompa estas creencia restrictivas y comportamientos.

## Retrase la Gratificación – Vaya Despacio

No puede entrar en el mundo de las citas con la esperanza de atrapar o conseguir *rápidamente*. Esto se parece mucho a un plan de inversión: pone unos valores en unas reservas que piensa que irán bien (después de investigar mucho esas reservas lo suficientemente, por supuesto.) Comprueba de vez en cuando para ver cómo van. Unas pierden y entonces las descarta. Otras se revalorizan y le da un reingreso, esas serán las que invierta más en cuando vea el momento. Ponga sus valores donde quiera, pero recuerde no invertir más de lo que pueda permitirse perder. Hacer esto construye una gran cantidad de citas con el potencial disponible para explorar.

La gente evita los compromisos. La mayor parte de vendedores fracasa porque se precipitan en lograr un compromiso de sus cliente antes de que estén listos. Si trata de conseguir un compromiso de una mujer demasiado pronto, levantará sus mecanismos de defensa subconscientes. Ella comenzará a sentirse atrapada y asfixiada. ***No amenace su libertad.***

Mientras inicia el siguiente paso (conseguir el número de teléfono, la cita, un beso, etc.) no puede ir demasiado lento para ella. Si puede ir más despacio de lo que ella hace sin perder su atracción y confianza, habrá ganado el 90 % del juego. Ella le perseguirá.

**Recuerde: es mejor ir demasiado lento que demasiado rápido.**

## Modelos a Imitar

Me han pedido muchas veces indicar modelos a imitar que ayudaría a los hombres a entender con el ejemplo lo que ellos deberían emular cuando se trata de comportamiento. Hay unos cuantos que han resistido el paso del tiempo, y cuando los ve en acción, entiende el por qué. Los verdaderos hombres son eternos, aunque a veces parezcan arrogantes.

El primero es el ejemplo más grande: **James Bond**. Un personaje ficticio, es verdad, pero varios de los actores que lo han retratado durante años han encontrado la esencia de su atractivo y lo han traído a la vida. Sean Connery era quizás el mejor ejemplo. Algunas características que definen a James Bond son:

- Confianza - ¿puede pensar en alguien destilando más confianza? Él nunca parece estar inseguro, y aun cuando no está seguro, proyecta un aura de confianza.

- Humor - Cuando se equivoca o falla, siempre tiene un comentario inteligente para sacar una sonrisa, aun cuando está atado a una losa con una cortadora láser apuntando hacia su entrepierna.

- Sofisticación - James sabe lo que le gusta cuando se trata de comida, perfumes, vino, idiomas extranjeros, tecnología, o lo que sea. Tampoco chulea sobre esto. Además, espera hasta es el momento exacto para permitirte saber que no lo has detectado.

- Cólera - lo he dicho antes, la cólera es buena manifestarla de vez en cuando. No hablo de violencia física, sino de la capacidad de llamar la atención a una mujer sobre su comportamiento infantil o irrespetuoso cuando sea necesario. Nunca oirá decir a James, "Sí, querida." Debe ser capaz de demostrar la cólera apropiada. Existe una pena por violar sus reglas. ¡Hágase el loco cuándo sea apropiado! Las mujeres respetan la cólera controlada y justificable.

Otro buen ejemplo del comportamiento masculino es **Indiana Jones**. Otra vez, un carácter ficticio, pero fuertemente representado por Harrison Ford. Algunas de la cualidades atractivas del Dr. Jone son:

- Confianza: Como James Bond, salta a la acción cuando es necesario y no esperan a que nadie le diga nada. Cuando no consigue ninguna idea, agarra su caballo y su látigo *y el hee-ya's* directamente al grueso del asunto.

- Humor: Otra de las capacidades de Indiana es encontrar y disfrutar del humor en una situación.

- Cólera: Como Bond, cuando una mujer actúa como una princesa o se pasa de la raya, él la avisará. ¿Recuerda la segunda película, cuándo él caminaba con Willie (Kate Capshaw) y ella se lanza sobre él? Indi tuvo las pelotas de bajarla.

Si ha visto cualquier vieja película (anteriores a 1965), notará lo diferentes que son los hombres allí. Puede que sean personajes de pantalla, pero siempre mostraran la esencia de la masculinidad. Cuando oye a **James Dean, James Cagney, Humphrey Bogart**, no piensa en alguien sin agallas; piensa en hombres fuertes, confiados. De los modelos a imitar más viejos, ninguno se destaca tanto como **Cary Grant**. Si le ha visto trabajar, ha visto a un maestro.

- Confianza: Otra vez el sello del atractivo masculino. Cary nunca parecía que fuera a rendirse o echarse a llorar en el hombro de una mujer. Véalo en "North by Northwest" cuando corre a través del país para descubrir por qué su vida está en peligro. Así y todo, todavía encuentra tiempo para liarse con Eva Marie Saint en un tren.

- Humor: Cary tiene las mejores bromas con sus chicas principales, y es agudo. Sabe mantener la conversación con diversión e ingenio. Y siente que no recita sólo un guión- este actor *lo posee*.

Hay otros, seguramente. Clint Eastwood en la mayor parte de sus westerns como "hombre-sin-nombre". Judd Nelson en "The Breakfast Club" muestra cómo llamar la atención a una mujer sobre su comportamiento. Tom Cruise en "Top Gun" es otro ejemplo excelente, con su actitud creída. "Back to the Future" es otro buen ejemplo, engañosamente simple en su mensaje.

Los rasgos en común para estos modelos a imitar son bastante obvios, y serán explicados detalladamente por este programa. Por supuesto, estos modelos a seguir no deberían ser imitados; deberían ser ***emulados***. Esto significa que no comience a pedir martinis con vodka (agitado o movido), tener una Walther PPK [pistola de Bond], o llevar un smoking cuando vaya a un bar. Procure reconocer los comportamientos del hombre, entender por qué funcionan, y luego usar esta esencia para usted. **Poséalo**. Use estos rasgos para realzar sus abordajes y reforzar sus cimientos. Emule a los maestros: James Dean, Sean Connery, Cary Grant, John Wayne, Clint Eastwood, Harrison Ford, etc. Sí, eran un poco sexistas en su momento, pero mostraron el ejemplo estoico de la postura masculina: A sus personajes les impotaba un bledo si la mujer quería estar con ellos o no , y por eso fueron admirados tanto por hombres como por  mujeres.

Los rasgos que van en contra de las cualidades masculinas de seguridad en sí mismo que he notado destacan en comparación extrema. No las cubriré detalladamente, ya que debemos concentrarnos en lo que debemos *hacer*, no en lo que no debemos hacer. Baste para decir que debería tener cuidado con cualquier acción que mine una presentación de la confianza tranquila y *cool*. Los ejemplos de modelos a imitar anti-masculinos están ahí en tropel. Mientras disfruto del programa de televisión "Scrubs" como una desviación graciosa, los hombres en ese espectáculo son un ejemplo lamentable de masculinidad, que abiertamente se echa atrás ante cualquier clase de confrontación con una mujer como si ellas tuvieran sus pelotas. Todos actúan como si la cosa más asustadiza en sus vidas fuera resistir al comportamiento irrespetuoso y humillante de las mujeres en sus vidas. Cualquier entretenimiento que se dirige a mujeres como superiores en virtud del poder sexual es una opción mala.

## La Gran Regla: Cítese con otras Mujeres

Decido destacar este concepto como una prioridad en su aventura con las citas porque es la influencia de actitud más importante que encontrará, y una que puede controlar totalmente, si así lo elige.

Parece que hay una dinámica de expectativas por ahí que han sido impulsadas por las mujeres, y quiero borrar este mito de nuestra comprensión. Declaración: creemos que las mujeres desaprueban a los hombres que se citan con más de una persona.

No puedo decirle cuantas veces he oído a un hombre decir algo como:

-*Realmente* me gusta…

-*Sé* que somos el uno para el otro …

-No quiero cagarla con esta…

-Quiero centrar *toda* mi atención en ella…

Y la lista sigue sin cesar. Los hombres con frecuencia encuentran a una mujer muy atractiva y la seducen, y luego arruinan todas las posibilidades con ella enfocando toda la atención hacia ella, haciéndola el centro de su mundo.

**Incorrecto, incorrecto, incorrecto.**

Esta clase de obsesión es un asesino de la atracción. Hablemos de los motivos que necesita para continuar conociendo y citándose con otras mujeres - especialmente cuando conoce a una muchacha que realmente le gusta.

1) Actitud y confianza
   Cuando se acostumbra a ver a una mujer, no tiene nada para proteger su actitud y confianza. Cuando ella le rechace o le cancele una cita, caerá en la trampa de preguntarse lo que hizo mal, o lo que debería hacer después. No puede mantener una actitud sana y equilibrada cuando tiene puestos todos los huevos en una cesta. Tenemos miedo a la pérdida, y ese miedo procede de la creencia de que carecemos de opciones. Cuando entiende que tiene más opciones de las que necesita, su confianza se dispara. Su miedo a la pérdida se disipa y se relaja porque sabe que esta no es la última. Diluirá el rechazo y el dolor.

2) Perspectiva y comparación
   Cuando se cita con más de una mujer, tendrá un marco de referencia para comparar y contrastar sus personalidades, comportamiento, integridad, etc. Tiene que tener un control de Verdad para mantener la perspectiva mientras se ve con chicas. Es demasiado fácil comenzar a racionalizar sus comportamientos y banderas rojas cuando no tiene nada con que comparar.

3) Valor percibido
   Las mujeres quieren lo que otras mujeres también quieren. Un hombre demandado es un hombre que una mujer mirará y se preguntará, ¿de qué va? Los diamantes son el mejor amigo de una mujer no sólo porque son raros y caros, sino porque todas las otras mujeres los quieren. Demanda. Lo que es común no es valorado y lo que es fácilmente obtenido tampoco.

4) Los Obsesivos se Autodestruyen - la Espiral Descendente
Vea si esto le resulta familiar: Dave conoce a Stacy, una chica que realmente le gusta. Él la llama y establece una cita para tomar café. Ellos se encuentran y todo va bien. Todavía con la cita en la cabeza, Dave se va a casa y deja un mensaje en el contestador automático de Stacy, diciéndola que ella es grande y quiere que vayan a comer algún día. Ella devuelve su llamada y establecen una cita para más tarde. Van a la comida, y Dave se concentra completamente en Stacy y lo siente como su guardián. Ella se hace distante y distante, sintiendo la presión. La cita termina y las cosas se ponen un poco incómodas. Dave se preocupa y la llama a casa los siguientes tres días. Entra en pánico y trata de enrollar a Stacy otra vez. Stacy responde para evitar más a Dave, desesperadamente tratando de encontrar aire para respirar. Y la espiral continúa …
La obsesión hace que tome decisiones malsanas. Cuando se cita con muchas mujeres, tiene opciones. Las opciones le protegen de la obsesión. Cuando se ve con una sola mujer, no tiene opciones. La moraleja de esta historia es que se vea con muchas mujeres, hasta que pueda tomar una decisión. O no. El caso es que es ahora *su* opción en lugar de ser la de ella.

5) Provoca en la chica su mecanismo de "exclusividad" demasiado temprano:
Las Mujeres no quieren ser exclusivas con cualquier hombre de repente, y enfocando su atención a una mujer, ella creerá que esta es su intención, aun si sólo piensa en ellas como algo temporal. La mujer intuirá que quiere una relación monógama de largo plazo, y este *nunca* debe ser su objetivo hasta que la haya conocido algunos meses.

Recuerde: Cítese con otras mujeres, nunca sólo con una. Si conoce a una que realmente le gusta, incluso con más motivo debe citarse con otras para no sofocarla con sobre atención.

---

Las mujeres no quieren a hombres necesitados. Punto. Final de la historia. Si enfoca su atención en una mujer, se parecerá a un esquiador que baja la montaña solamente con un par de tubos de cartón para mirar - será un manojo de nervios que trata de mantener la perspectiva y evitar los árboles, pero que tarde o temprano **perderá** esa perspectiva.

Si tiene una creencia religiosa u otra que le dice que necesita sólo una mujer, le impulso a reevaluar esa creencia. He visto demasiados hombres caer en una relación miserable porque pensó que esa mujer era su Principio, y su Final, y un día descubre que ella no es lo que él esperaba. Así que se resigna a una vida de miseria, diciéndose que **esto** no está mal del todo. Pide permiso para hacer cualquier cosa y la llama “el Jefe”. Firmó un contrato que decía que cuando él encontrara a una mujer que le diera sexo regularmente, se casaría con ella y cedería su dignidad si fuera necesario. Ahora tiene que “resignarse” con ella para el resto de su vida. Algunos hombres se casan sólo por autocomplacencia, y no le importa ser dominados un poco. Si esto es lo que quiere, este material no es para usted. He visto a estos hombres al final de su existencia en estas relaciones, y es lamentable y degradante. La vida es demasiado corta como para gastarla en la servidumbre. Creo en el toma y daca de las relaciones a largo plazo, siempre.

Uno de los resultados finales más espantoso ocurre cuando los hombres no se han citado con bastantes mujeres en general, mucho menos con varias a la vez. Llamo a estos hombres **Serial Dater*. Pasa mucho tiempo centrándose en una mujer, y por lo general tiene éxito en encontrar a una chica que también es una *Serial Dater*. Él nunca se cita con muchas mujeres para estar cómodo con el proceso, por

lo general porque él no entiende lo suficiente sobre la dinámica para mantenerle activo en el campo. Con cada relación se angustia un poco más y vacila en la siguiente. Baja su esfuerzo y comienza a meterse en una espiral amarga de desilusión. La experiencia le reafirma en sus peores conceptos sobre las citas por cada ciclo que atraviesa:

- Es doloroso, demasiado rechazo.
- Cuando encuentra a alguien prometedor, se tarda demasiado en llegar a cualquier cosa.
- Hay demasiados ***juegos.***
- La mujer nunca es lo que él quiere (si *sabe* lo que quiere).
- Tendrá que romper y pasar por el proceso entero otra vez, y otra, y otra vez más…

Evite ser una parte de este cuento espantoso decidiendo su propio destino. Mantenga su juego interno fuerte, y nunca deje de aprender de la experiencia. Siga citándose con otras mujeres hasta que encuentre una que merezca su atención completa.

[ **Seria Dater* es un término de difícil traducción al español, tiene connotaciones negativas y se refiere a personas obsesionadas con las citas y las chicas objeto de estos encuentros. Pretenden que todo salga bien y si no es así se frustran demasiado y pasan a la siguiente.]

## Envíe señales mezcladas

Las mujeres no sienten atraídas por hombres que son demasiado consecuentes. Si es consecuente todo el tiempo, está demostrando su intención de probarte a ti mismo como un buen compañero y marido, un posible padre para sus hijos. Para despertar su pasión y lujuria, debe aprender a ser inconsecuente en los momentos oportunos y enviar señales variadas para que ella no esté completamente segura de sus intenciones. Un hombre previsible es aburrido, y el aburrimiento no les resulta atractivo. (Espero que esto no sean noticias nuevas.)

Algunas señales confusas deliberadas:

- Ser distante de vez en cuando durante una cita. Quedarse en silencio e ignorarla.

- Aparecer inesperadamente después de decirle que está ocupado y no puede verla.

- Bésela o abrácela y luego apártela para hacer alguna cosa.

- Dígale que le gusta lo que lleva puesto y luego cambie de opinión más tarde.

- Memorice su número de teléfono, y asegúrese de que ella lo sabe. Luego quéjese por haberlo olvidado y pedirlo más tarde.

- De vez en cuando haga cosas que están fuera de su carácter, como echar un vistazo a una chica, o ir a un restaurante poco convencional. Desafíe sus expectativas.

Contradicciones como esta muestran que tienes un lado imprevisible, y aunque ella puede haber pensado que te ha descubierto, no lo ha hecho en realidad. Procure no hacer esto con demasiada frecuencia o radicalmente, o comenzará a parecer un poco loco. Sólo lo suficiente para crear una sana incertidumbre.

Crear atracción es una mezcla de contrarios, actuando firme y flexible, atraído y distante, interesado y desinteresado. La mejor analogía sobre cómo tratar la relación con una mujer es el modo en que llevaría una taza llena de café caliente. Puede andar con mucho cuidado y despacio, tratando de no mover el contenido demasiado (lo cual le lleva mucho tiempo), o puede andar a un paso normal, pero *con pasos irregulares* de modo que no provoque un movimiento que derrame el café en su brazo. Si ha tratado alguna vez de llevar un cubo de agua hasta arriba, sabrá que al andar a un paso regular el contenido del cubo comenzará a moverse de acá para allá hasta que se derrame. Su irregularidad funciona del mismo modo, mantiene la taza de la atracción llena, y a ella comprometida.

# JUEGO EXTERNO

Hay algunas cosas básicas que necesito explicarte para asegurarme de que estás enviando el mensaje correcto a las mujeres que entran en tu vida. Mientras que puede haber habido un encanto juvenil en los comportamientos que mostraste en la escuela primaria, la verdad es que ninguna mujer quiere un chico que se comporta como un adolescente o un irresponsable. (Y las mujeres que sí quieren esto, tú no las quieres). Veremos los tres elementos clave de tu estilo:

1) Tu apariencia y presentación
2) Tu coche
3) Tu casa

**1. Tu apariencia y presentación**

Las áreas de atención personal son:

- Pelo
- Uñas
- Boca
- Piel
- Sonidos y olores (higiene)
- Moda: ropa, zapatos, etc.
- Estado físico general
- Postura (física y mental) – proyección del juego interno, refinamiento – gracia, poesía en movimiento.

Tu apariencia habla a gritos de ti, hasta el punto que necesitas prestar mucha atención con esta área, especialmente en lo que respecta a tu juego externo. No interpretes esto mal para significar que las mujeres te evaluarán sólo por tu apariencia. Sin embargo, te situará por delante en la competición si atiendes a los principios básicos de tu apariencia. Entiende esto: tu objetivo no es tanto tratar de ponerlas cachondas con tu aspecto, como evitar que no se enciendan. Debes evitar darle la errónea impresión antes de poner un pie en la puerta.

No sólo esto, sino que aumentará su nivel de autoconfianza cuando aparentas y te sientes lo mejor posible. Lo que estás tratando de conseguir es superar a cualquier chico que piensa que su mejor vestuario es una sudadera deportiva, una gorra de béisbol y unos vaqueros.

Se han realizado estudios para mostrar que cuando la gente en los trabajos lleva ropa elegante (traje, corbata, vestidos, etc.) tienen una mayor productividad. Esto también está relacionado altamente con tu autoestima. Por ejemplo, ¿es posible sentirse mal cuando está vestido con un esmoquin. No muy frecuentemente. Nos sentimos mejor cuando mostramos nuestro mejor aspecto. Envía un mensaje a nuestro subconsciente (y al de ellas) de que eres valioso y notable.

Añadiré una advertencia aquí: las mujeres están menos preocupadas por tu apariencia que cómo las haces sentir. Puedes parecer una bazofia pero tener una personalidad que atrae a las mujeres como a las moscas. Sin embargo, la realidad es que la gente a menudo hace juicios basados en las apariencias iniciales, y para tener una oportunidad en la línea de salida, tu apariencia debe darte esa oportunidad inicial. Un Mustang Shelby puede ganar cualquier vehículo en la calle, pero apuesto que si tuvieras uno lo lavarías y encerarías con mucho cariño. Debes aplicar lo mismo contigo mismo.

Déjame definir un término que usaré en esta sección: afectaciones. Las afectaciones son esas cosas que llevamos o hacemos que están un poco en el lado extremo, y pueden a veces cruzarse con una cierta cantidad de pretenciosidad. Parecen exageradas en la apariencia general de una persona. Por ejemplo, yo vivo en San Francisco, California, y hay mucha gente que vive en la zona de la bahía que tienen el aspecto de la contra-cultura: piercings corporales, tatuajes, pelo rosa, y todo tipo de adorno imaginable. La mayor parte del tiempo, esa gente tiende a encontrarse con una apariencia que dice "¡Eh, mírame!".

Mientras no estoy juzgando o condenándoles de ningún modo, considero que es necesario señalar que si vas a reflejar tu personalidad en tu apariencia de un modo marcado, te arriesgas a limitar tus opciones. El cuidad e higiene personal que propongo aquí supone que tú no eres del tipo de apariencia radical, y que quieres hacerte tan presentable como sea posible. Estoy pidiendo que pienses sobre tu estilo y hagas el tuyo propio, cualquiera que sea, y que tomes decisiones basadas en tus objetivos, no en una necesidad de hacer una declaración pública.

**Pelo**

Esto cubre todas las áreas donde tienes pelo (y no deberías tener pelo). Empezando por tu melón, el pelo en tu cabeza debería estar cortado cuidadosamente. Se eligen tener el pelo largo, hazlo, sin embargo, deberías entender que cuando tomas ciertas decisiones por ti mismo, estás tomando decisiones sobre a quién vas a atraer. Si tu objetivo es dejar tus opciones abiertas, deberías aceptar cierta flexibilidad en tus estándares de cuidado personal. Esto significa que tu pelo verde, coleta o cresta reducirán probablemente el grupo disponible de mujeres que estarán interesadas en ti. Por máxima flexibilidad, deberías considerar un corte de pelo razonablemente corto, recordado cuidadosamente sobre tus orejas. Si tu pelo está adelgazando, podrías decidir probar con el súper-corto o incluso con el look calvo.

Para tratar la calvicie, muchos hombres tienen pérdida de pelo conforme se hacen mayores, y es una fuente de cierta preocupación, ya que esto puede tener un impacto en la autoconfianza de un hombre, cuando considera que podría parecer mayor de lo que realmente es. Las asociaciones negativas con la calvicie son numerosas, incluyendo el concepto de que las mujeres no se sienten atraídas por hombres calvos. La verdad del asunto es que las mujeres se sienten atraídas por cualquier hombre que puede hacerlas sentir bien. La calvicie es incluso un valor para muchas mujeres que buscan un signo de madurez en sus hombres, no chicos-juguete. ¿Recuerdas cómo Patrick Stewart (Jean-Luc Picard en Star Trek) era el preferido de las mujeres durante años? Está calvo, pero se condujo con tal autoconfianza y sofisticación que se ganó los suspiros de las mujeres que veían el programa sólo por él.

Tu corte de pelo en general debería simplemente darte el mejor aspecto, largo o corto. El mejor corte de pelo es el que no parece que te ha costado mucho trabajo. Para encontrar qué aspecto sería el mejor para ti, ve a una peluquera y consigue su consejo, luego déjala que te lo aplique. Usa un buen champú y acondicionador para mantenerlo suave, y ten cuidado con la caspa.

Bigotes y barbas son estilosas, y he visto tantas encuestas de mujeres que dicen que les gustan como que no les gustan. Mi impresión personal es que el pelo facial puede ser irritante para las mujeres cuando las besas, así que permanezco completamente afeitado la mayor parte del tiempo. Cualquier cosa que elijas, asegúrate de mantenerlo cuidado y recortado, ya sea una mosca bajo el labio o una perilla. Sé de seguro que a las mujeres no les gusta el pelo facial descuidado y despeinado, especialmente cuando te hace parecer un vagabundo lunático.

El pelo del resto de tu cuerpo debería ser escrutado seriamente. No deberías tener pelo excesivo en tu espalda o cuello, incluso si es necesario depilarlo de vez en cuando. Por lo que respecta a tu nariz y orejas, deberías recortar todo el pelo innecesario. También deberías evitar que tus cejas se encuentren en el medio. Muchas mujeres aprecian el pelo en pecho, así que no te preocupes demasiado por esta zona. Respecto a tus partes bajas, deberías recortar tu vello púbico a un nivel aceptable de manejabilidad. No sólo por una buena higiene, sino que puede hacer que tu aparato parezca más largo, si no está oculto.

**Uñas**

Tus uñas desempeñan un papel importante en la apariencia general de tus manos, y reflejan tu personalidad en cierto grado. Para máxima flexibilidad, las uñas deberían estar cortadas cuidadosamente a 1,5 mm, o más cortas. Cualquier cosa más larga que esto y tiendes a suscitar más preguntas que las que respondes. Si te comes las uñas compulsivamente, deberías plantearte dejar este hábito, ya que tiende a hacer que tus dedos parezcan andrajosos y desagradables al tacto. Mantén todas las uñas sin suciedad. Incluso podría considerar hacerte la manicura, simplemente asegúrate de no ponerte esmalte. Las uñas de los pies deberían mantenerse cortadas y limpias siempre.

**Boca**

Tu boca debería resultar lo más atractiva que puedas conseguir; al fin y al cabo, quieres que sus labios estén mucho tiempo allí, ¿verdad?

Tus labios nunca deberían estar secos o agrietados. Hay muchos productos para mantenerlos hidratados. Respecto al interior, asegúrate de mantener los dientes y encías limpias (sí, cepíllate después de cada comida, tal como dicen los tubos de dentífrico). No olvides cepillarte la lengua, ya que ahí es donde se desarrollan gran cantidad de bacterias. Limpiar los dientes con seda dental también es una *necesidad*, no una opción. Usa colutorio regularmente, y si tienes un problema de mal aliento, deberías hablarlo con un dentista. No hay nada menos atractivo para una mujer que tener que aguantar el mal aliento. Asegúrate de visitar al dentista cada seis meses para una limpieza.

Si eres bebedor de café o té, deberías asegurarte de que tus dientes no están decolorados o manchados. Hay un montón de productos de blanqueamiento dental que funcionan muy bien, así como tratamientos disponibles en el dentista.

**Piel**

Tu piel es el órgano más grande del cuerpo, y es la parte que más te preocupa que ella entre en contacto. Asegúrate de echar un vistazo a tu cuerpo para comprobar que no está áspera. No tienes que hacer que tu piel esté como el terciopelo, pero la piel callosa, agrietada o dura no es atractiva para las mujeres. Quieres que ellas se acerquen a ti, y eso implica cuidar zonas que no se te habían ocurrido antes. Usa una loción para las manos y cualquier otra zona para hacer que tu piel esté suficientemente suave al tacto. Si tienes manchas o acné, hay muchos productos en el mercado que te ayudarán a reducir las imperfecciones y hacer que se noten menos.

Recuerda que las mujeres son muy sensibles al tacto, y desean tocar a los hombres que les interesan.

**Sonidos y olores**

No quería hablar de esta parte de la higiene, pero es muy importante que seas consciente de las partes de tu apariencia, no sólo las visuales y táctiles. Aquí cito sólo unas cuantos de los sonidos poco atractivos que los hombres hacen y que causan un descenso del atractivo que sienten las mujeres:

- *Sorber por la nariz y otros ruidos con la garganta*. Mantenlos al mínimo, ya que pueden ser controlados fácilmente. Los ruidos con mocos de cualquier tipo son repulsivos para las mujeres.
- *Eructar*. No eructes, ni siquiera en la parte más baja. Si necesitas liberar la presión, discúlpate y hazlo en cualquier parte fuera del alcance auditivo.
- *Tirarse pedos*. ¡Cielos!, desearía no tener que decir esto, pero por favor, no os tiréis pedos, chicos. Si tienes un problema con los gases, revisa tu dieta y considera un suplemento medicinal para ayudarte con la digestión.
- *Olor de pies*. Cámbiate los calcetines frecuentemente, y usa desodorantes para zapatos.
- *Aliento*. Como antes, por favor, comprueba tu aliento para la ocasión. Si te chupas la piel y hueles la saliva, tendrás una buena idea de si tu aliento es bueno o malo. Lleva pastillas para el aliento (no chicle) para usarlos cuando sea necesario.

El otro "corta-rollos" para las mujeres es el gran O.C. El olor corporal es poco atractivo para cualquiera, excepto para las mujeres de países subdesarrollados. Algunos hombres no se duchan los suficiente, y otros no *pueden* ducharse lo suficiente. El desodorante es un requisito para tus axilas. Deberías usar anti transpirarte si el sudor es un problema para ti. No intentes encubrir tu falta de limpieza con un "baño gitano", es decir, que no uses colonia o aftershave para tapar tu cuerpo y ropas apestosos. Una vez trabajé con un tipo que se echaba Brut en la ropa cada mañana y olía a cerdo putrefacto. Educadamente le hablé de su higiene, pero es raro que alguien te hable de ese tema. Es tan embarazoso que mucha gente nunca dirán cuándo tu olor corporal es fuerte, así que deberías controlarlo tú mismo.

Si vas a usar colonia o aftershave, asegúrate de usar un aroma de alta calidad. Intenta encontrar algo que se ajusta a ti y que es lo suficientemente diferente para destacar. Muchos hombres usan alguna variedad de la marca Calvin Klein, pero hay muchas que son únicas y atractivas. Ponte la cantidad justa para dejar un ligero aroma. Esto puede necesitar algo de ensayo y error. Quieres que ellas se acerquen para oler tu colonia, no que salgan corriendo para alejarse de ella.

**Zapatos y ropa**

Las mujeres prestan atención a tus zapatos. Déjame repetirlo: *las mujeres prestan atención a tus zapatos*. Ellas perciben los que ellas llevan y los tuyos. No tienes que gastarte una fortuna para conseguir unos buenos zapatos, pero tendrás que gastarte más de 12€ en la zapatería de tu barrio. Ve a una tienda que venda muchas de las marcas del mercado. Puedes conseguir un par de zapatos duraderos por unos 40€, y harán más por mejorar tu imagen que esos harapientos Hush Puppies que tienes desde niño. Mantén tus zapatos brillantes y en buenas condiciones y evitarás levantar una bandera roja con ella. Mantén tus calcetines en buen estado (sin agujeros ni roturas) y que no desentonen. Memoriza las normas de oro: los calcetines hacen juego con el color de los pantalones, no con el de los zapatos; y el cinturón hace juego con los zapatos.

Por lo que respecta a la ropa, que sea sencilla, especialmente si no tienes conocimientos de moda. No necesitas parecerte al señor Armani para estar decente, especialmente si te ajustas a los principios básicos. Recuerda: el negro siempre es bueno, pero no demasiado o te parecerás a Johnny Cash. El negro te hace parecer más delgado, siempre se lleva, no se mancha fácilmente y hace juego prácticamente con todo. Usa colores apagados hasta que sepas cuáles te funcionan. De nuevo, lo mejor que puedes hacer es ir de compras con una mujer y que te ayude a escoger la ropa, o que una dependienta te ayude a encontrar un buen aspecto (y no olvides pedirle el número de teléfono).

Otro aspecto de tu imagen es mantener líneas puras. Esto significa que, aparte de escoger una talla correcta para tu ropa, debes mantener los picos y contornos de tu ropa suaves, para que parezca que se ajustan bien. No lleves objetos grandes (que se noten) en los bolsillos, como tu teléfono móvil, un busca, PDA, cualquier juguetito que normalmente llevas. También, ten cuidado del "síndrome de Batman", cuando terminas llevando todos esos chismes en tu cinturón de herramientas. Mantenlos fuera de la vista, siempre que sea posible. A las mujeres no les impresiona ni se sienten atraídas por la tecnología tanto como piensas.

Echa un buen vistazo a la abultada cartera que has estado llevando desde octavo curso, ya sabes, esa con el círculo marcado donde estaba el condón. Las carteras tradicionales, debo informarte, son para viejos casados. Muchos hombres llevan fotos, tarjetas de visita, tarjetas de crédito, carnés, mensajes de galletitas de las suerte, dinero y esas gomas gastadas. Todo esto abulta unos cuantos centímetros en tu bolsillo trasero. No es atractivo. Mi recomendación es que te deshagas de tu andrajosa cartera de piel y la cambies por una más sencilla que guarde sólo lo esencial, y que la guardes en un bolsillo delantero de la chaqueta, siempre que sea posible. Ahora llevo una que tiene ni carné en una ventanita transparente, unas cuantas tarjetas de crédito y un clip para el dinero.

Si te lo puedes permitir, usa el lavado en seco para tu mejor ropa. Un punto a favor es que cuando lavan tus camisas en la tintorería las planchan. Sé cuántos chicos (y chicas) odian planchar, y tú no te puedes permitir ir por ahí pareciendo que has pescado esa camisa del fondo de tu cesta de la colada. Las tintorerías también ofrecen servicios de reparación, así que úsalas para coser botones, reparar costuras, etc.

Otro consejo para el cuidado de la ropa es usar sólo una pequeña cantidad de detergente cuando lavas. El olor de demasiado jabón puede ser insoportable. Además, es abuso de jabones deteriorará el color de la ropa prontamente.

Tengo una fórmula fácil para la ropa que debería ayudarte a crear un vestuario sencillo, versátil y efectivo:

Compra un par de pantalones en azul ultramar, verde oliva, habano, gris marengo y negro (5 en total).

Compra camisas: una negra, una azul claro, y otra de un color que te funcione. Compra dos camisas blancas, de manga larga (estilo Oxford, de cuello abotonado). (5 en total). Aumenta el número de camisas según sea necesario. Estos colores deberían darte una gran cantidad de opciones de combinación. Cuando te lo puedas permitir, un abrigo deportivo o dos deberían añadirse a la mezcla, pero mientras tanto, una chaqueta negra simple será suficiente.

**Buena forma**

No tienes que tener un cuerpo musculoso como el del último número de "Muscle-Boy" para resultar atractivo a una mujer. (De hecho, a muchas mujeres les corta el rollo un cuerpo demasiado musculoso). Ellas prefieren a un hombre en buena forma, antes que un Swarzenegger.

Todo hombre debería hacer ejercicio cada semana y demostrar cierto cuidado, así como con sus hábitos alimenticios. Recomiendo una subscripción a "Men's Health" o una revista similar de fitness que trate todos los temas de salud, desde el ejercicio a la dieta. Un hombre con michelines no va a impresionar a una mujer. Si tienes mucho sobrepeso, no sólo estarás limitando tus éxitos con las mujeres, sino limitando también tu esperanza de vida. No estoy aquí para predicar sobre la buena salud. Sin embargo, tu buena forma es un indicador evidente de tu actitud hacia la vida y hacia ti mismo, y las mujeres se fijan en esto para imaginar cómo las tratarás.

No debo predicarle aquí sobre la importancia de la buena salud. Sin embargo, su nivel de buena forma física es un indicador muy obvio de su actitud hacia la vida y hacia usted mismo y las mujeres contemplarán esto para entender como las tratará.

**Fumar**

Iba a dejar esto fuera de la lista, pero es algo que debemos reflexionar. Vivimos un tiempo donde cada persona tiene acceso a un periódico y es consciente de lo perjudicial que es fumar. Si decide hacerlo, es su opción, pero tenga presente que nuestra actitud social cambia con respecto a donde y cuando fumamos. En California, por ejemplo, ya no se puede fumar dentro de sitios públicos y Nueva York planea una prohibición en restaurantes. Otros seguros que lo seguirán.

La Verdad del asunto es que si usted realmente fuma, limitará con eficacia su fondo de mujeres disponibles drásticamente. Un hombre que no fume será de interés a casi cualquier mujer, mientras que un hombre que fuma será sólo atractivo para mujeres que fuman. Es su decisión a largo plazo, tanto para su salud como para la flexibilidad de las citas.

**Postura y Presentación**

Hay muchas señales corporales que puede usar para demostrar seguridad en sí mismo, el estilo y la sofisticación. Uno de los ejemplos que citamos antes es James Bond. Vea a Sean Connery cuando anda y se mueve en las películas más antiguas o a Pierce Brosnan en las más recientemente. Ellos muestran a un hombre seguro de sí mismo y auto-disciplinado.

- **Hable despacio e inserte pausas deliberadas:** no acelere sus oraciones, insertando uhms y uhs en todas partes. No hay prisa. No parecerá estúpido; parecerá pensativo y misterioso. Use las pausas entre cosas que quiere enfatizar. Lo que dice no es tan importante a ***como lo dice.***

- **Camine con arrogancia y estilo:** el cómo camina es una manifestación directa de su personalidad. Si anda encorvado, evitando los ojos de la gente, parece inseguro y desconfiado. Ande erguido, sacando el pecho y con paso rápido pero seguro. Parezca que tiene un lugar a donde ir.

- **Use sus manos y cuerpo con poesía:** el modo de hacer gestos y mueve su cuerpo en general debería ser muy suelto y circular. No se mueva con movimientos espasmódicos, como una ardilla nerviosa. Cuando alcanza cosas, se mueve con cuidado y deliberadamente. Suponga que tiene que representar un poema con sus movimientos. No exagere esto y se convierta en un bailarín, sólo haga fluido y relajado los movimientos.

- **Porte Orgulloso:** Muchos hombres no tienen una postura muy segura cuando están de pie. Tienden a cruzar sus brazos la mayor parte del tiempo, que como saben es el lenguaje corporal cerrado. Debería encontrar un modo de estar de pie satisfecho y sintiéndose atractivo. Aunque parezca algo manido, las posturas de muchos hombres que aparecen en las tapas de catálogos o revista son realmente muy confiadas y esculturales. Su capacidad de mirar tranquilo y confiado cuando esté quieto es importante.

- **SONRISA:** Practique su sonrisa delante de un espejo si tiene, pero desarrolle su capacidad de mostrar una sonrisa buena. Este comportamiento dice que usted tiene un corazón de felicidad más que otra cosa. La sonrisa también dice que está a gusto consigo mismo, y que tiene sentido del humor.

## 2. Su Coche

Ah, su coche. No se me ocurre ningún modo mejor de arruinar una cita que quedarse sin carburante o tenerlo averiado cuando la lleva de regreso a casa. Su coche se parece a un pequeño microcosmos de su casa y su estilo de vida y este debería funcionar, estar limpio y listo para cualquiera de sus proyectos.

No tiene que llevar un Ferrari para atraer mujeres. Hay muchos tipos con coches de alta gama que piensan que esto es todo lo que ellos tienen que hacer. Casi cada mujer que he entrevistado ha dicho que un hombre que está demasiado enamorado de su coche refleja algunas cuestiones de amor propio profundas. Yo diría que ellas tienen probablemente razón. Debería tener alguna forma de transporte, pero no debería obsesionarse por conducir un Ford Taurus en lugar de un BMW. Si la mujer con la que sale se apaga por el tipo de coche que conduce, probablemente tiene que deshacerse de ella. (A menos que sea un Yugo [Seat 600].)

Las reglas sobre su coche:

• **Mantenga su coche en funcionamiento**. Como dije antes no necesita un coche deportivo de alta gama para acostarse con mujeres; sólo tiene que mantenerlo en buen estado para que no dé vergüenza verlo. Asegúrese que funcionan los accesorios y el limpiaparabrisas. Consiga un espejo para la visera de pasajeros. Asegúrese que las ventanas bajan. El tubo de escape no sea muy ruidoso. Asegúrese que el neumático de repuesto está en buenas condiciones.

• **Tenga el coche limpio**: Tanto dentro como fuera. Si la tapicería está rasgada, repárela o cúbrala de tapas de asiento. Nada de chatarra o papeles en el asiento de atrás, que no parezca un contenedor. Si trabaja con su coche, debería tener las cosas algo ordenadas o tener unos bolsos para guardar las cosas. Consiga una antena para oír la radio. Deshágase de etiquetas adhesivas desagradables, así como dados rizados. Un desodorante de coche es una buena idea, pero manténgalo fuera de la vista, no colgando del retrovisor en forma de pino.

• **Mantenga su coche listo**: Debería tener mantas para un picnic improvisado o una noche bajo las estrellas. Lleve un condón de repuesto en algún sitio de la guantera además de Kleenexs. No se olvide de los chicles para el buen aliento. Tenga un buen mapa a mano para encontrar los sitios a donde quiere ir con ella sin vagar perdido durante horas (un GPS también es buena idea). Lleve un poco de música buena en el porta CD como Enya, Enigma o Sade. No lo ponga demasiado fuerte. Y guarde algunos vasos de plástico y servilletas en el maletero.

## 3. Su casa

Su piso o casa son una extensión de su coche y probablemente el indicador más exacto de su personalidad. Una mujer mirará su casa buscando indicadores que le hablen sobre usted. Si es un desastre, muestra que realmente no quiere trabajar demasiado para la relación. Si está decorado con carteles de grupos de rock de mediados de los años ochenta, va a verle como un adolescente inmaduro.

Hay reglas estándares sobre el gobierno de la casa de un adulto maduro que debería tener presente y son muy fáciles a seguir.

- **Mantenga su casa limpia y organizada**:
  - Mantenga la ropa recogida y fuera de la vista, incluso su lavandería.
  - Mantenga sus cuarto(s) de baño limpios.
  - Nada de basura en el césped.
  - Nada de telarañas o polvo.
  - Nada de basura o contenedores de comida vacíos en la cocina.
  - Mantenga el refrigerador libre de experimentos de ciencia
  - Evitar los malos olores en cualquiera de las habitaciones.
  - Si tiene animales domésticos, téngalos limpios.
  - Líbrese de las pilas de papeles o al menos téngalas fuera de la vista.
  - Mantenga las toallas del cuarto de baño y sábanas en su cama limpias.
  - Deshágase de las plantas muertas.

- **Mantenga la casa en buen funcionamiento**:
  - Arregle los servicios rotos o fregaderos.
  - Luces en funcionamiento.
  - Nada de ventanas rotas.
  - Tape los agujeros en las paredes o puertas.

- **Mantenga su casa lista:**
  - Las luces en su sala de estar y dormitorio deben tener un control regulador. La iluminación es el instrumento romántico más importante. Manténgala débil para el romance.
  - Tenga preparadas velas para ser encendidas en cualquier momento.
  - Guarde unos preservativos muy cerca de su cama, y la caja en su cuarto de baño. Ya me imagino la cara que pondrá la chica cuando vea su caja XL de preservativos en el armarito del aseo.
  - Deshágase de cualquier prueba de otras mujeres. Esto significa números de teléfono, recuerdos, cuadros, etc.
  - Esconda sus revistas sucias y pornografía.
  - Tenga una foto de familia, sobre todo de mamá.
  - Si no tiene un sofá muy agradable, consiga algunos cojines.
  - Tenga un poco de comida sensual a mano, como fruta o chocolate. También, una botella o dos de vino.
  - Tenga adornos interesantes para comenzar a charlar, como algún libro sobre sexo.
  - Justo como en su coche, guarde unos CD’s románticos cerca del equipo de música.

Otros consejos sobre cómo preparar su casa:

- No conteste al teléfono cuando ella esté en su casa. Si ella le pregunta por qué no va, le dice, “Por algo conseguí un contestador automático,” o “no puede ser nadie más importante que tu ahora mismo.” Independientemente de la respuesta, no actúe **en absoluto** culpable, aunque piense que es otro conejito de Playboy que llama para comprobar cómo se encuentra. Las mujeres se preocupan menos por su excusa y más por como se explica.
- Baje el volumen del contestador automático. Un día de éstos, una mujer **le llamará** mientras tiene a otra en su casa. “Hola, Dave! Me divertí anoche”.
- Tenga los ingredientes para el desayuno a mano. Un modo de conseguir que ella vuelva para más es darle un desayuno bueno antes de que se vaya.
- Esto es importante: Tiene que tener alguna razón válida para que ella suba a casa para meterse en su cama. Algunos "motivos" buenos son:
    - Una botella buena de vino para compartir
    - Una película en su nuevo LCD de 46” con Home Cinema.
    - Algunas fotografías de un viaje al extranjero
    - Un perro o gato que a ella le encantaría conocer
    - Un instrumento musical para tocarle a ella.
    - Algo de música espacial para oír con ella.

Lo más importante es no llevarla a casa y luego hacer que sea muy incómodo para ella estar allí porque todo está dispuesto para el sexo. Ella puede desear esto, pero debería hacerlo tan obvio. Recuerde: Ella quiere romance, no pornografía.

## Detalles Orientativos

Algo por lo cual los hombres no son especialmente reconocidos es por su atención a los detalles con las mujeres. Debe aprender a prestar atención a los detalles - lo que significa ocuparse de su aspecto. La razón primaria de esto consiste en que las mujeres traducen lo que ellas ven de sus acciones (y su aspecto) en una creencia sobre su capacidad sexual. En otras palabras, si usted es una persona descuidada, coche sucio (no importa como caro), casa sucia, pensarán que es incapaz de prestar atención a los detalles de su vida y su capacidad de satisfacer sus necesidades será puesta en duda. Después de todo, ¿cómo puede un hombre que es incapaz de emparejar sus calcetines ser suficientemente atento para darle la clase de la atención sensual que ella requiere? Ella ve a un hombre descuidado y piensa, hmm, amante descuidado. Cuando un hombre aparece en control de su propia vida y es capaz de proyectar su atención hacia los detalles, una mujer piensa que conseguirá la clase de satisfacción que ella quiere.

¡No subestime el valor de este conocimiento!

### Código de caballería

Incluso en esta época de igualdad femenina, debe ser un caballero cortés. Aquí están algunos ejemplos del código de caballería:

- **Puertas abiertas**: Esto incluye la puerta del coche, puertas principales, etc. A las mujeres les gusta y lo esperan.
- **Deje a la mujer ir primero**: Subir al autobús, entrar por puertas, sentarse, etc. *Las mujeres van primero*.
- **Saque la silla para ella**: Cuando va a un restaurantes, el camarero hará a veces esto para usted, pero debería tratar de hacerlo cuando sea posible. No exagere tampoco.
- **Pida por ella**: Si averigua lo que ella quiere, puede pedir por ella en un restaurante.
- **Tome su abrigo/ayude a ponérselo.**
- **Andando por la calle, camine entre ella y la calle**. Tradicionalmente se ha hecho así para evitar que un coche que salte de la calzada la atropelle. Poco habitual por cierto.

Cuando realiza estos actos, es importante no exagerarlos. Debe actuar como si esto fuera natural, hasta rutinario. No es algo especial por ella que trata de impresionarla. Debe comunicar que esto ocurre todo el tiempo con las mujeres de su vida.

## Iniciativa

La razón por la que estoy trabajando tan duro en su juego, chicos, es porque tiene un papel del que no pueden esconderse. Hablo de la Ley de las Citas con la cual debemos estar de acuerdo todos y así tener éxito a largo plazo.

**Los Hombres deben dar el Primer Paso**

Seguramente de vez en cuando, una mujer le echará una mano lanzándose un poco, quizás ofreciéndole su número de teléfono o llevando un vestido sin tirantes, pero es infrecuente. Se requiere que usted inicie lo que pasa en cada paso a lo largo del camino cuando se cita con ella. Esto es un riesgo que debe tomar a fin de unirse con ella.

La Verdad es que las mujeres - a pesar de todo lo que se ha dicho sobre liberación e igualdad - todavía quieren que un hombre **se comporte como un hombre**. Hay una gran cantidad de quejas de hombres sobre que las mujeres quieren ser tratadas igualmente así que ellos no deberían hacer todo el trabajo. Claro amigo, miles de años de comportamiento sexual van ahora a ser tirados por la ventana. Vamos, esto no va a pasar. Y definitivamente no durante la noche.

Por favor reconozca ahora mismo que tiene que tomar la responsabilidad de iniciar muchas de las acciones que le permitirá estar junto a una mujer. Y tenga en cuenta que esta es la parte más difícil del trato. El Libro Negro de las Citas hará este baile suavemente, y le mantendrá con los pies en la tierra.

## Busque un Buen Copiloto

Si hay una cosa que le ayudará mucho cuando sale para conocer mujeres, es tener a alguien a lo largo del camino para mostrarle los problemas. Si puede encontrar a un consejero, alguien que sepa de este frío juego, y le echa una mano, entonces merece cada cerveza que le invite para aprender su juego.

Algo que aprendí escuchando las historias de éxito de aquellos que realmente sobresalían en cualquier habilidad, era usar este acercamiento de dos pasos simple:

1) Sea humilde: Deje de lado su ego un rato y no quiera ser un sabihondo, sobre todo si no consigue los resultados que quiere o que vea a otros conseguir.
2) Encuentre a la persona que hace lo que usted quiere hacer, y llame a su puerta. Consiga su ayuda y enseñanzas a cualquier precio.

Lo que se interpone en nuestro camino es el Ego Masculino. Los hombres que no tiene un don natural con las mujeres encuentran más fácil entrar en un estado de negación y rechazo entender que cambiar sus pensamientos. Por lo tanto sólo seguimos cometiendo errores, nunca pidiendo ayuda para corregir los problemas que surgen.

Si puede encontrar a alguien para que sea su Ala durante el proceso de conocer mujeres, descubrirá que desaparece mucha ansiedad del proceso. Además podrán comparar puntos de vista y refinar sus acercamientos a lo largo del proceso.

## ABF - ¡ Always Be Flyrting! [Siempre estar Flirteando]

Una de las grandes películas de la década pasada es "Glengarry Glen Ross" [Éxito a cualquier precio (1992)] Es esencialmente una lucha por el poder masculino en el reino de las ventas de bienes inmuebles. Una de las ideas en la película (y en ventas) es ABC – Always Be Closing. Actualizo esto y añado aquí ABF - *Always Be Flyrting*.

Tiene que cambiar su modo de pensar si quiere mejorar y hacerse más afortunado con las mujeres. Con demasiada frecuencia, los hombres miran las citas y el proceso de seducción como un acontecimiento aislado. Una cosa soy yo siendo "yo mismo", y otra yo flirteando y citándome con mujeres, como si fueran dos partes separadas de mi personalidad. Debo decirle que debe fundir estas dos partes de su comportamiento si quiere avanzar de nivel con las mujeres. Sí hace esto subirá un octano su combustible, y obtendrá un salto exponencial en su desarrollo.

Aquí está como funciona:

**Siempre que hable con una mujer (*o mujeres*), *coquetee*.**

No se preocupe si es la vieja señora que vive arriba o la mujer embarazada que le sirve el café en Starbucks. **¡ABF!** Debe usar *cada sencilla* interacción con una mujer para practicar su técnica y su capacidad de atracción y confianza con las mujeres. Más bien verá a las mujeres como abordables y como rutina, en lugar de verlas como peligrosas o temibles. ¿No le resulta interesante comprobar cómo las mujeres por las cuales no se siente atraído son seguras y fáciles de abordar, mientras que aquellas que le gusta le intimidan? Pues **todas las mujeres son iguales**, y si entiende esto todo le resultará más fácil la próxima vez que vea una fabulosa rubia ojeando CD's. Ella será sólo otra mujer con la cual relacionarse.

Recuerde: **bromear es flirtear**. La mejor clase de flirteo que puede hacer con una mujer es bromear con ella para romper sus tonterías, dejarle saber que ella no está en un pedestal. Búrlese de ella. Sea indiferente a su interés. Todos estos elementos de las bromas, se reúnen en las Tres S (Seguridad en sí mismo, Autodisciplina, Sentido del humor) y le presentan como un desafío. Cuando no se acerca a ella con un elogio, entonces se mueve sigilosamente bajo su radar.



- "¿Siempre llevas tacones de 8 centímetros? Nunca he visto antes a una *Amazon Woman* [*mujer extremadamente alta*]. ¿Cómo es el aire por allá arriba?
- No estaba seguro, pero pensé que habías lanzado tu pelo hacía mi. Vi  los Ángeles de Charlie. Sé lo que estás haciendo.
- ¿Quieres que te compre una bebida? Mejor que no, es un poco atrevido. ¿Y tú? ¿Me compras una bebida y me muestras a una mujer progresista? (Mostrando una sonrisa pícara)
- "Disculpa, espero que no conduzcas tu coche como llevas el carrito. Debes tener un seguro muy caro ¿no?."

Coquetea en todas partes donde pueda, y tenga algunos comentarios para "rompen sus defensas".

**Métodos para coquetear**

El mejor instrumento de coqueto que puedo sugerirle es posiblemente aprender a leer las manos. La lectura de la palma es un método excelente de tocarla (tiene que tomarla de la mano para leerla), así como enlazar con su proceso de pensamiento romántico. Aquí están otros métodos de flirteo:

**Tarot, Astrología, Grafología, I-ching**: Use todos los métodos de adivinación. Las mujeres aman esto, aun cuando dicen que no lo creen. Ellas **quieren** creer en esto. Las mujeres creen en el destino y la fatalidad.

**Perro/Bebé/Accesorios**: Algo que pueda darle a una mujer una excusa para dirigirse a usted vale la pena tenerla en cuenta. Los bebés están bien, pero tenga cuidado que ellas no piensen que es el suyo. A menudo preguntarán quien es y se interesarán por usted. Otros ganchos incluyen joyas interesante, o un sombrero de vaquero. Una afectación hábilmente añadida.

**Muestre una Habilidad o Talento**: la Magia es un instrumento de coquetería excelente. Si sabe un par de trucos de naipes buenos, conseguirá su curiosidad, mostrando misterio y seguridad en sí mismo. Otra habilidad para coquetear es tocar un instrumento musical. Las mujeres están muy atraídas por la música, así como por los músicos. Otras habilidades son cosas como el malabarismo o la papiroflexia.

**Haga una Encuesta**: Esto no es para los débiles de espíritu, pero si consigue armarse de valor y decide que quiere ser realmente valiente, prepare una encuesta para mujeres. Salga fuera y diríjase a unas mujeres y dígales que no vende nada, que sólo quiere unos segundos para hacerle algunas preguntas sobre las citas (¿qué mujer podría negarse?) Cuando haya terminado, pida su email o número de teléfono por si quiere “hacerle un seguimiento.” Haga obvio que esta continuación podría ser algo más, pero no se lo diga. Esto requiere pelotas, pero conseguirá grandes resultados cuando se ponga a ello.

Hay más métodos para coquetear y exponerse a las mujeres. El punto es encontrar algo en su zona de comodidad y usarlo. Entonces muévase fuera de su zona de comodidad y haga más. Use su imaginación e ideas propias, por ejemplo para la encuesta.

Una regla básica: **Siempre coquetear mientras sea divertido.** Si se lo toma demasiado en serio, perderá el subidón positivo que consigue mientras sólo sea diversión. Esto refuerza su sistema nervioso como una experiencia buena, anula cualquier miedo y asegura que volverá y hará más. Si comienza a coquetear con mujeres sólo para conseguir números de teléfono, comenzará a mirar la coquetería como un lastre si no consigue las recompensas que esperaba. Cuando deja de coquetear, daña su capacidad de atracción con las mujeres.

# LA SECUENCIA DE LAS CITAS

Todas las técnicas y estrategias que emplea en su búsqueda, tanto si es para citas, seducción, relaciones a largo plazo, o la "M" grande (de matrimonio), todas existen bajo una serie continua de interacciones. Esta secuencia comienza con la primera vez que se relaciona con una mujer (la ve a través de una habitación, choca con ella en un Starbucks), y termina con la disolución de su relación (dejan de llamar se, desintegración, divorcio), sin importar el tiempo que dure. (Tal vez hasta que "la muerte os separe...") Esto comienza de nuevo con cada mujer que conoce.

Es importante entender la arquitectura de esta secuencia de modo que emplee la mejor táctica en el momento adecuado. Algo que le funciona en las fases tempranas con una mujer, no necesariamente será tan eficaz más tarde cuando la familiaridad y la complejidad entren en escena.

Para aquellos que desconozcan los términos, permítame que clarifique los conceptos de "estrategia" y "táctica". La estrategia es un plan sistemático de acción hacia un objetivo. Un ejemplo de estrategia sería citarse con al menos tres mujeres por semana. Una táctica es una acción específica para conseguir este objetivo. Un ejemplo sería acercarme a tres mujeres por día para hablar con ellas.

Esta sección se concentrará sobre todo en las estrategias, aunque ambas sean necesarias en su búsqueda. La táctica consiste en lo que conseguirá en la interacción regular con mujeres, aquello que funciona con su Ala y afila su arte. Las habilidades tácticas pueden ser enseñadas, pero son mejor manejadas caso por caso.

## PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN

Para conseguir lo que quiere de la vida, tiene que tener un objetivo. Hay muchos libros sobre el éxito que le pueden ayudar (Piense y hágase rico de Napoleón Hill, o Controle su destino de Anthony Robbins para empezar). Sólo diré que aumentará su éxito drásticamente en la vida con sólo escribir sus objetivos en un papel. Si hay algo que puede mejorar sus citas, es sentarte con lápiz y papel y escribir lo siguiente (mira el apéndice del libro):

**¿Qué tipo de mujer quiere?**

*Aspecto, educación, disposición, edad, gustos musicales, fumadora/no fumadora, etc. Sé especificó y realista. Divídelas en dos categorías: las que tiene que tener seguro, y las que te gustaría que tuviera. Saber la diferencia es importante, porque siempre habrá diferencias, y saber cuáles son las cruciales será vital.

**¿Qué harás para encontrarla?**

*Ir a bares, aprender a hablar con confianza, comprar ropa, mejorar el aspecto, pedir el teléfono a cinco mujeres todos los días. Tiene que tener una amplia estrategia o plan de juego para entender qué esfuerzo necesitará para conseguir lo que quiere. (Cualquier cosa será un juego de números - sí, las citas es un juego de números. Debe darse cuenta que es más fácil cambiarse a sí mismo que al resto del mundo.)

El hecho de escribir esta información con tanto detalle como pueda ayudará al subconsciente a conseguir este objetivo. Sea especificó y realista. Y tenga la autodisciplina de llevar un control de sus resultados, y aferrarse a sus objetivos. Sea específico y realista. Y tenga la autodisciplina de seguir la pista a sus resultados y mantener sus objetivos. Cree una estrategia para alcanzar un objetivo y luego planee una táctica para cada paso a lo largo del camino y tendrá el éxito asegurado.

He incluido una hoja de trabajo para la planificación como un recurso para que comience al menos el proceso de decisión de lo que quiere. Éstos serán los criterios iniciales en los que debería pensar antes de que decida estar implicado en una relación a largo plazo. Si mira sólo hasta ahora y no tiene ninguna intención de una relación, podría guardarlos en su cabeza como hasta que adquiera experiencia. Podría no tener suficiente experiencia con las mujeres como para entender que prioridad debe dar a ciertos elementos, cuantas más mujeres conozca, más capacidad tendrá de saber lo que funciona y lo que no.

Su objetivo es su brújula para sus acciones. Siempre recuerde esto, porque a lo largo del camino estará tentado de abandonar - entrando en argumentaciones, comprando regalos a la chica, etc.- recordando sus objetivos evitará cometer errores. Piense: *¿quiero tener **razón**, o quiero conseguir lo qué quiero?*

Por favor no confunda *necesidades* con *deseos*. En Verdad, **necesitamos** muy poco en la vida, y tendemos a creer que necesitamos muchos más. Las necesidades son grandes manipuladoras, porque le hacen creer que no puede estar sin ellas. Cuando define los rasgos esenciales que quiere de una mujer, hay unos que necesitará (los debe-tener) y otros que sólo quiere (los deseo-tener). Llevan tiempo mirar estas exigencias con objetividad, y asegurarse de que no busca rasgos en ella únicamente para compensar lo que le falta, o completar otras áreas donde es el responsable principal de su desarrollo como la confianza en sí mismo.

Otra vez: una mujer es una adición valiosa a su vida, pero ella no está allí para compensar sus defectos.

# LA MUJER QUE QUIERE

Hay características de una mujer que conducen mejor a una relación, y son bastante universales. Mientras me doy cuenta de que hay parejas malsanas por ahí que prosperan bajo un innecesario drama y disfunción, destacaré las preguntas que los chicos normales como usted y como yo tienen que preguntarse en su búsqueda. Descubrirá que es *much*o más feliz a la larga si hace de esto una prioridad.

**Bajo mantenimiento**: Querrá sufrir lo menos posible si va a tener a una mujer a su alrededor durante algún período de tiempo. Las relaciones son bastante difíciles sin añadir más desafíos a la mezcla.

- La flexibilidad es el rasgo primario de una mujer de bajo mantenimiento. ¿Necesita de muchos mimos o atenciones constantes para ser feliz?
- ¿Se comunica con eficacia, sin fastidiar ni quejas? ¿Comunica sus necesidades en lugar de esperar que usted lea su pensamiento?
- ¿Es competente? ¿Puede enfrentarse a la vida sola, o busca a un hombre estable para mantenerla?

**Integridad**:

- Tiene que ser capaz de confiar en la mujer con la cual decide quedarse. Si es poco fiable, nunca será capaz de sentirse cómodo con ella, y sobre todo cuando no esté con ella.
- ¿Es honesta? Si tiene una tendencia a estirar o cambiar la verdad para auto-beneficiarse, siempre se sentirá como si estuviera pisando arenas movedizas.

**Respeto**:

- ¿Le trata como un igual?
- ¿Trata de controlar o gobernar la relación?
- ¿Confía en usted?

**Buena Actitud:**

- ¿Es donante o interesada? ¿Se interesa por su bienestar tanto como por el de ella misma?
- ¿Es manipuladora?
- ¿Crece como persona? ¿Influye en la relación con tanta fuerza como usted?
- ¿Es estable?
- ¿Tiene una perspectiva positiva? No hay nada más agotador y que absorba más el alma que estar con alguien que ve todo en la vida como un problema o una razón para llorar o quejarse a usted.
- Compatibilidad sexual: ¿quiere el sexo con tanta frecuencia como lo desea usted?

Cada mujer que conoce y con la que se cita, debería ser puesta a prueba durante **ocho semanas**. Si ve alguna bandera amarilla o roja, puede tener que ampliar ese período. Hasta que ella pase su período de prueba, demostrando la capacidad de cumplir con sus exigencias, debería estar vigilante y cauteloso de sus acciones. No va a "enamorarse" de ella hasta que pueda estar seguro de que es una buena candidata. Cualquier tema importante que tenga con ella mientras se citen o de novios NUNCA mejorará casándose o yéndose a vivir juntos. De hecho, la mayoría empeorará. Asegúrese de que resuelve las banderas rojas antes del compromiso posterior.

Sé que todos los Buenos Chicos dicen, *"Es mejor haber amado y haber perdido que no haber amado nunca…" "el Amor es arriesgarse …"* y otros mil tópicos. Realmente creo en la mayor parte de los ideales románticos, pero la Verdad es que la mayor parte de hombres (y mujeres) no tienen las reservas emocionales para arriesgar demasiado, demasiadas veces. No invierta más de lo que pueda permitirse perder o terminará amargado. Sí, puede y debería arriesgar a fin de mejorar su situación romántica - es una necesidad. ¡Pero no sobre amplíe su crédito! El mundo está lleno de gente emocionalmente rota, y usted tiene que evitar esta trampa.

La mayoría de la gente pasa más tiempo planeando unas vacaciones que planificando sus vidas o marcándose simples objetivos. No sea uno de ellos. Piense de modo diferente, para encontrar el éxito que busca. Decida lo que es importante para usted en una mujer.

## LAS TRES ETAPAS DE LA SECUENCIA

La secuencia de las relaciones se divide en tres etapas:

- **Encontrarse**: Descubrir a la mujer que le interese. Presentarse.
- **Acoplarse**: Llegar a conocerse lo suficiente como para tomar una decisión en cuanto a donde irá - o no irá- la relación. Explore y decídase.
- **Moverse**: Si quiere quedarse con ella, fantástico. Si no, tiene que circular y comenzar el proceso de nuevo.

Estoy seguro que este proceso podría dividirse en más estructuras intrincadas, pero quiero que esto sea simple de entender y usar. También supondré que toma la responsabilidad de ser la clase de hombre que tendrá el control de sus relaciones y no será manipulado en decisiones trágicas. (Juego Interior). Le informaré de los escollos a lo largo del camino, alma intrépida.

Tener una estrategia, y saber cómo usarla le impedirá malgastar su tiempo y energía en un fondo de desilusión y disfunción. Cuando tiene un plan, al menos tiene un poco de control. Hay algunas personas que dicen que el control es una ilusión; discrepo. Siempre tenga las manos en el volante, hasta en un patinazo.

Una buena perspectiva es ver el proceso de las citas como un largo proceso de criba para un trabajo que espera ocupar. La descripción del trabajo es básicamente la descripción que le recomiendo que se siente y escriba.

Algunos ejemplos:

- *<u>Se da empleo a: GATITA SEXUAL</u>. Buen aspecto, segura, mujer sin gatos para disfrutar de citas ocasionales y sexo delirantemente bueno.*

O

- *<u>Se da empleo a: COMPAÑERA MONÓGAMA</u>. Latina de aspecto con amor feroz por los grupos Hair Metal de los 80's y familia grande, matrimonio esencial.*

Enmarcando su trabajo como la búsqueda de alguien que decide coger o dejar, se da un aumento inmensurable de confianza. No piense que este proceso sólo para *elegir*, o que tiene que "tomar lo que consigue." Depende de usted para tomar la decisión sobre con quién pasa su tiempo.

Para esta sección, supongo que busca al menos una relación a corto plazo. Si busca una chica de una sola noche, tiene que modificar la secuencia para encajar este objetivo. Si busca citarse con muchas mujeres por causalidad, puede estar implicado en esta secuencia en casos múltiples y en la variación de sitios.

## ENCONTRARSE

Muchos hombres se sientan en casa con la esperanza de que la “señorita correcta” venga a llamar a su puerta. Bueno ellos no dicen eso exactamente pero ¿cómo puede explicar la ilusión de que sólo por estar en casa y viendo repeticiones de "Scrubs" van a formar parte del proceso de las citas? Esto va a sentarle como un shock, pero va a tener que mover el culo. Seguramente no encuentre candidatos para trabajar sin publicidad, o por lo menos, haciendo unos conocidos.

Durante esta etapa del proceso, tiene que concentrarse en acercase a tantas mujeres como pueda, decir hola, despertar su curiosidad, conseguir su número de teléfono (y/o dirección de correo electrónico), y salir antes de que pueda estropearlo. Mire, no puede saber a simple vista si una chica será buena para usted, o aun si ella será interesante, pero puede controlar un factor importante: *Con cuantas mujeres se encuentra*. Puede hacer que sea un numero alto o bajo.

¿Adivina dónde está la mayor parte del éxito? ¿Adivina dónde aprenderá más?
Comience a pensar en **GRANDE**.

Su plan estratégico es simple. En primer lugar, vaya a donde están las mujeres. Esto podría ser un bar, una clase de yoga, una librería, o una clase de cocina. Dondequiera que sea, sólo póngase allí. No podrá encontrar mujeres a menos que se ponga a cierta distancia de ellas. Otra vez, siéntese con aquel plan director suyo y comience a poner en una lista todos los sitios a los que puede ir para encontrarse con mujeres. Considero que probablemente encuentre a más mujeres elegibles en el curso de un día de lo que reconoce. Abra su conciencia a las oportunidades que le rodean en el trabajo, mientras hace la compra, de pie en una esquina de la calle, o sólo oyendo por casualidad una conversación.

## Introducción

(O, “Como dejé de Temer a las Mujeres.”)

La parte más difícil de las citas es la introducción inicial. Sin lugar a dudas. Todas las preguntas que veo giran en torno a romper el hielo. Hay muchos puntos de vista, pero voy a decirle el único modo de deshacerse de este miedo, y es **dejar de imaginar todos los resultados posibles antes de que realmente se acerque y se dirija a ella.** Sus creencia son las que le limitan, y deben de ser cuestionadas a lo largo del camino. Si no encuentra mujeres porque está intimidado, no ha aprendido esta simple Verdad aún:

**Cuando deja de actuar, pierde por defecto.**

Cuando se dé cuenta plenamente que por *no* levantarse y acercarse, asocia una cantidad apropiada de *dolor* a ello (el dolor de irse a casa sin números de teléfono, el dolor de otra sesión de la masturbación) entonces tomará medidas.

*El conocimiento → se convierte en comprensión.*

*La motivación* es la chispa de energía añadida al catalizador. Es la cólera, es la repugnancia, es la frustración … es cualquier energía que encuentra en usted para cambiar definitivamente y conseguir lo que quiere.

*La Comprensión, cuando es añadida a la motivación →  se convierte en **acción**.*

**Y la acción** cambiará su vida.

**Su vida no está formada por circunstancias, está formada por ACCIONES.**

## Entrenamiento de Aclimatación

El mejor método que he encontrado para pasar esta barrera tan particular de dolor es trabajar a su manera a través de ella, rápida y regularmente, comenzando con lo que puede hacer fácilmente y progresando desde ahí hacia su objetivo. Es una forma de "desensibilización sistemática", y esto funciona exponiéndose a un nivel creciente de situaciones difíciles. Realmente es el mejor modo de vencer su gran obstáculo. Puede hacer esto en tan poco tiempo como un día - si **realmente** está motivado - pero recomiendo que practique esto durante *al menos* 21 días para hacerlo un hábito.

Paso 1: Haga lo que ***puede*** hacer

Observe sus capacidades ahora mismo. ¿Es insoportablemente tímido? ¿Tiene problemas para hablar cuando hace su pedido en la cola de una hamburguesería? El mejor modo de comenzar para la mayor parte de nosotros es haciendo contacto visual simple y consistente. Tampoco significa que tenga que hacerlo con las mujeres al principio. Trate de mantener un contacto visual fuerte con su perro, luego con los vendedores de las tiendas. Luego con el conserje o recepcionista de su trabajo. Posteriormente con sus iguales y socios. A continuación trate de mantener la mirada con las mujeres que pasen por la calle. Finalmente, trabaje hasta aumentar la cantidad de tiempo que sostiene ese contacto.

¿Por qué es tan importante el contacto visual? En primer lugar, un fuerte contacto visual (no el de un freaky-psicópata-asustado)es un indicador de comportamiento dominante y confiado. En segundo lugar, notará que pocas personas pueden mantener esa clase del contacto visual. En tercer lugar, el contacto visual inconstante es un indicador de inseguridad y carácter poco fiable. En cuarto lugar, sus ojos pueden comunicar una cantidad increíble de información, y son un atajo a la sensibilidad femenina. Cuando mira fijamente los ojos de una mujer, le está diciendo, "estoy interesado."

Encontrará que cuanto más lo haga, más fácil le parecerá. Esto realmente, se vuelve fácil.

Paso 2: Haga lo que ***quiere*** hacer

Este paso trata sobre estirarse a sí mismo para experimentar más riesgos con las mujeres. Se extiende un poco de la zona segura y toca ligeramente las zonas más desafiantes - pero sólo ligeramente.

Vamos a salir ya de la zona cómoda del contacto visual a sonreírle a una mujer que pase por la calle. Muchas sonreirán a su espalda. Algunas no lo harán. No es importante que lo hagan o no. Lo que es importante es que *interprete esto de forma correcta* . Usted podría pensar que sólo porque una mujer no le devuelve la sonrisa ella a) piensa que es raro, b) lo repele por quien es, c) sabe lo que está haciendo y es un Mal Hombre.

La Verdad es que si ella no sonríe, es **su** problema. Tal vez tenga un problema de hemorroides, o su insoportable madre viene a comer, o su coche está en el taller. De ninguna manera es esto un reflejo de **usted**.

Coquetear con vendedoras es un gran comienzo. Aquí está por qué:

- La mayor parte de las vendedoras son femeninas, así que tendrá un amplio suministro.
- Suelen ser amistosas y sensibles. Aunque no vayan a venderle algo, van a responderle. Son un ejemplo positivo para impedirle holgazanear.
- No hay riesgo. No tiene que llevar todo esto en ninguna dirección, si no quiere. Sólo márchese cuando haya tenido suficiente.
- Aproveche cuando vaya a tiendas para hombres o incluso pruébese a sí mismo en tiendas a las que normalmente no iría solo como una de *Victoria's Secret*. Su excusa es que hace compras para una amiga.
- Además, siempre puede estirarse un poco más y pasar de coquetear con las vendedoras a ligar con las clientas.

Otro paso para encontrase cómodo en el proceso de las citas es comenzar a hablar con mujeres con las que no tiene **ninguna intención de ligarse**. Como antes, el riesgo es inexistente - si no juegan, entonces no ha perdido nada. Hacer esto sin esperar un resultado es realmente un paso importante, ya que le mostrará la diferencia de comportamiento cuando la mujer es alguien que **quiere** frente a una que **no quiere**. Podría pensar que su actitud es la misma, pero es drásticamente diferente. ¡Es esta diferencia la que le dará su primer *a ha!* el instante que entienda lo que continúa. (Recuerde: ¡ABF!) [ALWAYS BE FLIRTING]

También es muy fácil conocer mujeres cuando lo hace de pasada. Sólo con un elogio rápido - bonitos zapatos" o "me gusta ese vestido"- cuando sube o baja en un ascensor con alguna, simplemente tantea el terreno, y luego se aleja. Ninguna obligación. Ninguna posibilidad de rechazo. Es algo así como dar papeles de publicidad por la calle, no se preocupa si los cogen o no.

Es libre de incluir a mujeres con las cuales trabaja como parte de este proyecto "para ligar", ya que son estupendas para intentar persuadirlas. Las ve cada día y puede intentar cosas diferentes. Recomendaré mucho, sin embargo, que no se cite o se implique románticamente con compañeras de trabajo, a menos que estén lejos de usted (es decir, otro departamento o edificio.)

No se sorprenda si las mujeres con las que habla comienzan a interesarse y sentirse atraídas por usted. Pasa todo el tiempo. Lo que ocurre aquí es que la clase abordajes que hace con ellas son exactamente a lo qué la mayor parte de las mujeres responden. Debería de esforzarse por hacer todos sus contactos con mujeres atractivas mostrando un poco de interés y luego actuando como si realmente no estuviera interesado en absoluto

(Nota de Interpretación: Lo que hace diferente con ellas es *no agobiarla o yendo demasiado fuerte,* sino dándoles el espacio que necesitan para que luego ellas vengan hacia usted. Más tarde o más temprano.)

Paso 3: Haga lo que ***debe*** hacer

En definitiva, su objetivo final es acercarse a una mujer y empezar a hablar con ella, sabiendo que al final le pedirá el número de teléfono. Siempre habrá una punzada de ansiedad cuando lo haga, pero después de un tiempo ese colocón será lo que busca, del mismo modo que un adicto a la adrenalina consigue su dosis buscando los riesgos salvajes. Tiene que entrenar su sistema nervioso para amar esa pequeña carga que consigue cuando empieza a marchar hacia el encuentro de una desconocida. He comprobado que la diversión, y las respuestas positivas pesan más que las negativas en aproximadamente diez a uno.

Finalmente debe aprender a coquetear con **cada** mujer que encuentra. Cuando puede hacer esto, lo habrá conseguido. Cada vez que se relacione con una mujer, practique.

**Verla→ Abordarla/Flirtear → Conseguir su Nº→ Conseguir una Cita→ Sexo/Relación→ ?**

Realmente no es tan complicado, cuando baja a los fundamentos.

El secreto en el abordaje a una mujer con la intención de conseguir su número de teléfono es hacerlo de tal modo que se mueva sigilosamente bajo la habitual defensa. Aquí está en primicia:

A las mujeres se les acercan hombres todo el tiempo, a veces los chicos que a ellas les gustaría conocer, a veces no. La mayor parte de los hombres le entran a una mujer o demasiado fuerte o demasiado flojo. En el uno o el otro caso, ella sabe que ellos van a por ella, y así enciende su mecanismo de defensa equipado contra estúpidos. Una vez que sabe que está interesado, ella tiene que calcular si está interesada en usted. Así comenzará una cadena mental de pensamiento - todo lo cual vuelve a una reacción instintiva de: “Uh-oh …”

Quiere evitar encender este mecanismo, al menos hasta que tenga su pie en la puerta. No quiere que ella comience con "Aquí viene otro tipo que está interesado en mí”. Quiere acercarse con un ángulo diferente. Ella es como un avión de combate que se ha hecho experto en los mismos vectores de ataque. No importa quién sea el opositor, ella se replegará y evadirá por costumbre - **aun si está interesada.**

¿Cuál debe ser su ángulo de ataque? Debe aproximarse como un hombre diferente de todos los demás. Principalmente:

- No comience en con un elogio, a menos que sea único, genuino, y sobre algo que no tenga nada que ver con su cuerpo. Intente sus zapatos, o sus joyas. (Si ella no es muy atractiva, **nunca** comenzar con un elogio sobre su aspecto físico.)
- No comience en con ninguna línea embarazosa, como: “Hey, ¿crees en el amor a primera vista, o debería de pasar otra vez?”
- No mires sus pechos o cuerpo. Mantenga los ojos en su cara y ojos.

También recuerde que una mujer en público (sobre todo sola) emplea más defensas. Ella podría encender sus defensa fácilmente, y necesitar varios misiles bien apuntados para derribar su avión. Tiene que ser un poco persistente para abrirse camino. Eso es parte del mecanismo de defensa de la chica. Si

desiste al primer intento, ella no sentirá ninguna pérdida, porque realmente no mostró que tenía las pelotas necesarias para ser **diferente** de el resto de los hombres que se fueron demasiado pronto.

Es tentador malinterpretar su malestar o incluso su poca disposición a hablar en esta etapa. La reacción automática *de ella* es retroceder y ser cautelosa, porque se siente nerviosa. ¡Su reacción no tiene casi nada que ver con usted! Ella no le rechaza. Podría ser un "Back Street Boy" o uno de los chicos de "Nsync", y ella todavía actuar de ese modo juguetón y tímido. Ella no tiene aún ninguna *confianza*. Tiene que persistir más allá de esta zona extraña y llegar a donde ella tenga una pizca de confianza para luego construir desde ahí. De hecho, la mejor cosa que puede hacer es bromear un poco sobre su aparente nerviosismo: *¿" Wow, te tienes que comer mucho la cabeza cada vez que un chico normalito se te acerca, no? Bueno no te preocupes yo no soy muy común."* (Sonrisa satisfecha.)

Actúe indiferente a ella y no muestre demasiado interés. Esto es lo que espanta a la mayor parte de las mujeres y causa su renuencia inicial, principalmente porque ha conectado su interruptor de alarma defensivo.

Aquí está la manera de acercarse y conseguir su número de teléfono: "Hola, iba de camino al banco, pero te he visto. Me ha gustado mucho esa pulsera/reloj/bolso/etc.. que llevas" Conversación sobre eso durante un segundo. "Bien, tengo que irme. Me ha gustado mucho hablar contigo." Se gira y hace un amago de irse, luego vuélvase. (Con esto consigue que ella baje su guardia, pensando que sólo están allí charlando. Ninguna necesidad.) "Oye, me gustaría continuar esto otro día. ¿Cuál es tu número de teléfono?"

¿Su forma de abordar puede ser tan simple como "¿tienes hora?" Ella se la dice, y luego le pregunta sobre su reloj. Si no tiene reloj, puede bromear sobre *no tener* un reloj. Termina la conversación y hace como que se va, luego se vuelve como si de una ocurrencia se tratara para conseguir su número. "Oye podríamos seguir esto algún día. ¿Cuál es tu teléfono?"

Póngase un poco en perspectiva. Imagine tener que entrar en acción militar en algún sitio de Oriente Medio bajo el fuego enemigo. ¿Dirigirse a una mujer le parece desalentadores ante esto?

¿Y ponerse de pie delante de cien personas y hablar sobre su infancia? Y de correr desnudo por los pasillos de su trabajo.

¿Le parece duro ahora acercarse a una mujer?

No deje a su imaginación que lo vuelva loco. La mujer realmente **quiere** que usted vaya y se acerque. Sólo se está hablando así mismo dentro de **su** cabeza, no le está dando la oportunidad a ella de participar. Tiene que aprender que la inacción es *mucho peor* que actuar y fallar.

Y de vez en cuando, *a pesar de todo*, una mujer caerá en sus brazos. Ella se acercará y le dirá "Hola" y comenzará a hablar, o le tocará cuando pase por su lado en una fiesta. Tendrá la presencia y las pelotas que usted no tiene en ese momento. No tiene miedo de hacerle ver que está interesada. ¿Qué hace usted?

En ventas, esto es conocido como una cosa fácil. Dele el contrato y deje que ella lo firme. Le pasa simplemente el móvil y le pide que marque su nombre y número. No trate de usar rutinas o decir cosas ingeniosas, sólo charle un rato, consiga sus dígitos y felicítese a sí mismo por una venta tan fácil.

**El 90 % de aquello que nos preocupa nunca pasa, y el 90 % de lo que nos pasa no es motivo de preocupación.**

## Salte, y la Red Aparecerá

Esencialmente, lo que muchos hombres están haciendo es esperar. Esperar permiso. Esperar el destino. La espera del momento correcto. De hecho, cada persona del planeta quiere algo, pero están a la espera de que algo suceda para que sea posible.

Admítalo, ¿no se ha sentado en un bar o en un acontecimiento social y ha visto a alguien que pensó que era interesante, y se ha encontrado allí esperando a que algo pasara? Realmente no escucha las palabras en su cabeza que le dicen que no se acerque y comience a hablar con ella, pero se sienta allí luchando contra un miedo que le dice que sólo hay dolor por delante.

Tiene que saltar primero, y luego su red aparecerá. Tiene que hacer un salto de fe, y entender que su cojín o seguridad - su red - no van a ser visibles a en este segundo, sobre todo estando enfrente de un desafío. Su red es invisible en este punto, y no aparecerá hasta que actúe.

Déjeme darle un ejemplo de cómo funciona esto:

> Tom sale para hacer un depósito durante su hora de almuerzo. Ve a una mujer atractiva y se pregunta si debería lanzarse. Ella está hablando con otra chica, y Tom comienza a sentir ese miedo rastrero que le impedirá hacerlo. Pero se arma de coraje y le dice "Hola" cuando se dirige hacia el banco, obligándose a mantener el contacto visual. Ella sonríe y le dice "Hola", manteniendo el contacto visual. Tom se para, se acerca y comienza una charla con las dos. Después de un minuto, les dice que tiene que marcharse, pero que le encantaría seguir la conversación más adelante. Intenta cerrar con número de teléfono, pero ella le dice que está comprometida. Sin embargo, su amiga Tina, está interesada y ofrece a Tom su número de teléfono a cambio. Tom de buena gana lo coge y se dirige finalmente al banco.

La red de Tom no era visible hasta que actuó. En esta situación, la amiga que resultó estar disponible (e interesada) era la red. En otra situación, a lo mejor no consigue un número de teléfono, pero la red todavía le agarrará. Cada situación incorpora una red, pero debe encontrarla. Puede decidir ver la situación como un fracaso –no consiguió un número, un beso, meterle mano- pero la experiencia y oportunidad que gana de la situación será su red. Debe tener fe de que la red estará ahí sin verla, o dejará de actuar.

Hay hombres que dirán que todo esto es un juego mental, un truco para decirse a sí mismo que está inventando un sentido de la nada. A estos les digo, si tengo que elegir entre actuar y marcharme con

una lección aprendida que mejorará mi capacidad -*así como un posible número de teléfono*- o no hacer nada y conseguir nada, *ninguna* experiencia o número de teléfono… Bien, ¿qué elegiría ***usted***?

**Pierde cada oportunidad que no aprovecha.**
-*Wayne Gretzky*

Realmente hice una suposición - que hará algo sobre su deseo. Lo que tiene que hacer, si parece que no puede conseguir el valor para actuar, es actuar a pesar de sus miedos. Tiene que aprender a practicar la Regla de los Tres segundos.

## La Regla de los Tres Segundos

La Regla de los Tres Segundos dice que tiene tres segundos desde el momento que ve la oportunidad de abordar a una mujer  hasta que se acerca realmente. Después de que pasen esos 3 segundos, su mente dará vueltas contra usted y saboteará todas sus posibilidades de una introducción eficaz y confiada. En el ejemplo anterior, si Tom hubiera deliberado más de tres segundos, su diálogo con **LoserBoy** habría algo así.

**LoserBoy**: ¡Olvídalo! Ella no está interesada porque está mirando en una dirección diferente. Probablemente ni siquiera le gusten los chicos italianos. Seguramente tiene dedos del pie horribles. Tal vez hasta pies palmeados. Termina tu bebida y vamos …

**LoserBoy** habría dicho cualquier cosa para mantener a Tom en casa con él en el sofá jugando a la X-box, poniéndose gordo, perezoso, y sexualmente abstemio. Actúe ahora antes de que **LoserBoy** puede abrir su boca. Si salta a la acción dentro del límite de Tres segundos, se encontrará poniendo en cortocircuito el monólogo interior, y comenzará a sentirse mejor. Descubrirá que puede acercarse a más mujeres porque el miedo será silenciado, y cuando se acerca a más mujeres, consigue más éxito, y los éxitos le harán más acertado en general. Esto le pone sobre una Espiral Ascendente, en vez de la Descendente autodestructiva que la mayor parte de hombres permiten cuando comienzan a obsesionarse y perder su autocontrol.

Además los tres segundos también son un tiempo importante para ella. La chica se dio cuenta que Tom se fijó en ella, y un temporizador interno comenzó la cuenta atrás en su mente. Ella no era consciente, pero si Tom se hubiera tomado demasiado tiempo para deliberar y preguntarse si él debería, si ella es su tipo, si, si, si … ella hubiera sentido su inseguridad y le hubiera descartado como alguien no muy seguro de sí mismo.

Sí, hay una parte de mujeres que se sienten aduladas cuando parece un poco mudo o tímido para hablar, pero esa adulación no dura mucho tiempo. Salte la adulación y sólo consiga su número de teléfono.

## La Zona de Confort

Estamos trabajando para romper la zona de confort que se ha construido alrededor suyo. La zona de confort es la caja fuerte o el capullo que creamos para darnos una ilusión de seguridad y estabilidad. Comenzó en la cuna cuándo era un bebé, luego esto se amplió para incluir su dormitorio (¿hay un lugar más sagrado para cualquier persona que su cuarto de infancia?) Después de esto, comenzó a incluir la casa donde creció, más adelante la vecindad donde vivió, etcétera. El problema con esta zona consiste en que no sólo hablamos de los alrededores *físicos*; sino también de su entorno psicológico. Comenzamos a cercar nuestros comportamientos para contener el riesgo y aumentar la seguridad. No hacemos cosas que pensamos que podrían poner en peligro nuestro sentido de la comodidad.

Lamentablemente, nuestra zona de comodidad también se ve afectada por una palabra, la palabra que más tememos al pedir lo que queremos, que es el motivo por el cual tantas personas dejan de preguntar después de un tiempo.

La palabra es "No".

## El Rechazo

Hemos sido condicionados desde que éramos niños para oír la palabra "no" y pensar en ello como si fuera un rechazo. La ironía de todo esto es que cuando éramos niños, éramos los más persistentes. ¿Alguna vez ha visto a un niño pidiéndole a su mamá algo que ha visto en una tienda? *" por favor. No. ¡pero mamaaaaa!. No. pero por favor"* Ellos siempre son los mejores vendedores, acabo de ver uno en el trabajo. Vencer las objeciones hasta conseguir ese paquete de chicles que quieren. Después de un tiempo, sin embargo, cuando no conseguimos lo que queremos, estamos emocionalmente atados al rechazo, como si un No significara "No, no la mereces. No eres lo *suficientemente bueno* para ella." Cuando se nos dice que no, permitimos que la negación sea una especie de evaluación de nosotros, dejando de lado esa parte del niño que aún guardamos.

Esto es realmente una forma de narcisismo (lo veremos en "Mujeres Venenosas"). Cuando va andando y tropieza por la calle, siente un rubor de vergüenza porque piensa que todo el mundo lo mira y se ríe. La Verdad es que apenas le están prestando atención, ni a usted ni a nadie. Están demasiado ocupados preocupándose de las mismas cosas - si alguien le vio la bragueta abierta, o el grano en la frente. Podría encontrar esto un poco deprimente; después de todo, *cada uno* quiere sentir que es especial y valorado. Una vez más, **la Verdad** es liberadora, saber que todos esos motivos que tiene para sentirse con miedo/sofocado/avergonzado son realmente una ilusión auto creada.

¡Felicidades! Ahora es libre para hacer lo que necesita y conseguir lo que quiere. El rechazo es una respuesta que tendrá que asumir cuando haya algo incorrecto *en usted*, pero debería suponer que el problema va *con ella* **- o no hay ningún problema en absoluto**. Si una mujer le rechaza, y sabe que su comportamiento está de acuerdo con las Tres S, debería suponer que es un problema de la chica. Ella sólo le ahorró dolor y esfuerzo de cortar más adelante.

Algunas mujeres no quieren lo que usted tiene que ofrecerles, o no le darán una oportunidad de mostrárselo. **La Verdad**: Si ella no está interesada, no puede hacer nada. Siga adelante.

¿Por qué insisten los hombres en acabar colgados por alguien que no pueden conseguir? Por los mismos motivos que juegan duro para conseguir un trabajo - porque *los hombres y las mujeres responden a un desafío*. Aumente su insensibilidad hacia el rechazo ocasional, hasta que no tenga absolutamente ningún escozor. Deje que se vayan los que no quieren lo que usted tiene.

## Deslíguese del Resultado

Un último paso para superar su miedo de interactuar con las mujeres es disipar la noción de que es necesario un resultado específico para que todo merezca la pena. La mayor parte de los hombres entran en la interacción femenina con toda la progresión en sus cabezas: *y después la invito a comer, y luego tengo que llamarla, y luego continuamos con una cita, y luego tengo que intentar besarla, y luego trato de llevármela a mi casa y …*

Wow wow, para el carro campeón. No vaya aún eligiendo nombres de bebé. Recuerde, esto es una secuencia, donde un paso lleva al siguiente. Puede moverse más rápido o más despacio, pero la progresión casi siempre es la misma. No tiene que entender todo esto, sólo hacer el siguiente paso en el camino. El resultado realmente no importancia, mientras siga aprendiendo de sus errores y continue en el camino. Si está demasiado atado a un resultado, como conseguir un beso o ir a la cama, estará radiando esta intención en casa cosa que haga. Recuerde que ella captara sus vibraciones. No se preocupe del resultado; él se hará cargo de sí mismo.

## El Mejor Abridor del Mundo



Las mujeres saben que las está mirando para ligar con ellas, así que no trate de esconderlo o estar avergonzado de ello como si lo que hace fuera incorrecto. Si los hombres y las mujeres no consiguieran estar juntos, no habría bebés y la especie humana se habría extinguido. Háganos a todos un favor y guarde todo el equipaje emocional y culpa sobre ser visto “ligando con mujeres.” Las mujeres *saben* que lo hace, y ellas **quieren** que lo haga, así pueden conocerlo. Las cosas extremas simplemente no funcionan, sobre todo cuando trata de parecerse a un artista del ligue con sus cadenas de oro y anillos rosados.

Su siguiente paso: descubrir una frase para abordar que le resulte cómoda, no demasiado artificial, y le ponga en una posición para conseguir su objetivo - el número de teléfono. Tengo una que funciona espectacularmente, y estaría asombrado del tipo de éxito que tendrá si la usa con regularidad. Le llevará un rato memorizar, pero una vez que consiga el tono, será un ganador. ¿Está listo? Aquí está:

**¡Hola!**

Sin complicaciones, y guarde su inteligencia para ese agudo guión en el que está trabajando. Si pasa la barrera número uno para conocer mujeres, estará en infinitamente mejor forma que esa alma triste que gira en un taburete toda la noche justificando por qué la mujer a la cual no se acerca “no es su tipo” Para superar esa barrera número y estar con mujeres debe superar sus miedos (infundados) y dirigirse a ellas. He descubierto que más del 90 % de las mujeres sonreirá y le dará una oportunidad si sólo les dice "Hola" y avanzar desde este punto.

**No trate de predecir el futuro.** Demasiados hombres piensan que pueden predecir lo que va a pasar si ellos realmente van y le dicen algo a una chica que les interesa. Lo calculan en sus cabezas, escuchan su miedo al rechazo, imaginan un resultado que no han experimentado, y antes de que se den cuenta el momento ha pasado. La estrategia más simple es usar la Regla de los Tres Segundos. Si tiene unos abridores practicados en su cinturón de utilidades no tendrá que pensar en absoluto, sólo lo HARÁ. Si toma medidas, superará a más de la mitad de los hombres que estén allí.

O.K voy para allá pero… ¿Qué digo después del "Hola"?

Fácil. Lo planea de antemano. Yo podría darle un montón de cosas inteligentes para decir, como la trama de una comedia de situación, o un acontecimiento reciente, pero ninguna estará tan bien como una que piense usted mismo. Pregúntele sobre el último programa de televisión de las horas de mayor audiencia. Incluso mejor, pregúntele lo que piensa sobre los hombres que tienen las agallas para acercarse a ella y decir *Hola*.

Le diré que los mejores temas para hablar con mujeres están sujetos a mucho drama y sensacionalismos. Evite preguntarle dónde vive, lo que hace, etc. En cambio, comente como vio a alguien subir por fuera de un edificio la otra noche, y preguntarle si ella haría esto para ser famosa o por dinero. Al ratito, una vez que se haya relajado y ya no exista esa ansiedad inicial, encontrará que es fácil descubrir temas para hablar. Su primer obstáculo es conseguir con ella un par de minutos de cháchara, y luego a por su número.

Aquí tiene más conocimientos que deberían ayudarle en estos momentos difíciles: ***las mujeres están secretamente apagadas para los hombres que no tienen las agallas de acercarse y decirles algo.*** *Usted* piensa que *ellas* pensarán que es un idiota por acercarse y arriesgarse, haciendo un movimiento, pero en verdad ellas piensan que es un perdedor si *no hac*e ese movimiento.

¿Comienza a ver cómo el juego realmente funciona a su favor? ¿Ve cómo las ilusiones que hemos creado son realmente incorrectas?

## Cierre el Trato (Consiga el número de teléfono y/o correo electrónico)

(O, "Como tuve agallas para alcanzar la gloria.")

Entonces ¿cómo consigue su número? El secreto para esto es engañosamente simple, así que no seré demasiado sarcástico para responderle: Pídalo.

Puede haber oído algo llamado el principio de Aladino, que básicamente declara que a fin de obtener lo que quiere en la vida, simplemente tiene que pedirlo. Así que mucha gente anda por la vida en un cínico acobardamiento, enojados de lo que no consiguen, pero dejan de reconocer que nunca realmente *pidieron lo que querían*. Todos podemos querer que nos lean el pensamiento y nuestros verdaderos deseos, pero (para la mayor parte de nosotros) mamá ya no está con nosotros, así que tenemos que pedir lo que queremos.

Tiene que estar dispuesto a oír un "No" para conseguir oír el "Sí". Es una cosa difícil, sobre todo cuando está frente a esa decisión y mirando los ojos de una mujer. Cuando pide un número de teléfono dice básicamente, "te doy el poder de rechazarme". Lo que no debería hacer es identificarse con su respuesta. Si ella dice que no, entienda que esto significa "No, ahora no." Si ella realmente conociera su

verdadero yo, todos sabemos que vendería a su madre a los Gitanos sólo para estar cerca de usted, pero ***ella es*** quién perdió esta vez. **Ella** lo estropeó. Si enmarca esta situación para hacer un juicio evaluativo sobre sí mismo, sólo se castigará incorrectamente. Ella no le juzga – es ***usted*** quien lo hace. Ella no sabe lo suficiente para tomar la decisión correcta. Debe poner el corazón en esto.

**Nadie puede hacerle sentir inferior sin su permiso.**

Entonces, ¿está listo? Genial. Vamos a revisar la mejor manera que he encontrado para conseguir los dígitos de una mujer:

"Hey, estaría bien que nos volviéramos a ver." Gira, comience a alejarse, marcha atrás. "Sabes, me gustaría continuar esta conversación. ¿Cuál es tu número de teléfono? "

Acaba de presentarle una decisión acepta o déjala. Si está interesada, se lo dará. Si le dice algo más, tipo “no doy mi número de teléfono a extraños” o “soy un agente secreto y no puedo arriesgarme a ser descubierta” - le dice:

“La noche es joven.” Un guiño, y luego se aleja. Y se dice a sí mismo “¡SIGUIENTE!”.

¿Lo ve?, si ella está interesada, le dará su número de teléfono. Así es. Esto no es ciencia espacial. Pero sabe, la mayor parte de hombres inventan una ficción inteligente sobre lo que significa las excusas que dan las chicas, y luego terminan por dar su propio número de teléfono a ellas y pierden su compostura. (Si ella estuviera suficientemente interesada en que la llamara, no habría rechazado darle su número de teléfono en primer lugar). Podría tratar de seguir hablando y pedírselo otra vez. Pero debería reconocer que esta chica tiene un problema que usted no puede arreglar. Y, no le dé su número a menos que ella le dé el suyo primero. Ella nunca llamará, y le crea una esperanza falsa. No necesita más de-motivadores.

Lo que también pasó con esa línea de cierre que le di es tácito, y esencial en la conversación. Cuando cierra la conversación y parece alejarse, le da la oportunidad de sentir algún espacio - y pena. ¿*Pena*? Sí. Cuando la abandona con un sentimiento positivo, ella sentirá la pena y una punzada de deseo de seguir con el sentimiento. Sus escudos defensivos habrán bajado un poco, y ahora ella está un poco más abierta para acercarse, ya que no la entro fuerte. Entonces, cuando se da la vuelta y hace como que se va, ella estará más interesada que si le pide el número directamente. Mejorará su éxito dejándola respirar un poco, mostrando que no la asfixiará.

Otro consejo: No importa en qué momento de la conversación se encuentra, tiene que cerrar con energía. Cometí este error muchas veces en el pasado, y lo veo todo el tiempo: un chico se acerca a una chica y comienza una conversación, él rompe ese umbral de dolor y se lanza a por ella. La mujer es sensible, y ellos charlan un poco. El tipo se agota y hay un silencio. Él comienza a perder su buen rollo, y por lo general, si ella está con una amiga, lo dejará en un segundo plano y comenzará a hablar con su amiga de cualquier cosa. El chico se enfada y mira fijamente el espacio, perdiendo más de su buen rollo y sin saber cómo reanimar la conversación. Finalmente él se vuelve hacia su bebida, o hacia su compañero de taburete, y se hunde en la penumbra, dejando la conversación disminuir y morir. Ella suspira y piensa “Qué lástima, otro debilucho,” y espera a que otro tipo lo intente. Él comienza a racionalizar para sentirse mejor. “Ella no era mi tipo /probablemente sea frígida /sea lesbiana/una zorra…”

Tiene que ser capaz de salir de la conversación rápida y cómodamente. No deje que la conversación entre en la zona muerta. Tiene que tener confianza para cerrar, algo para finalizar y salir de allí. Si le ayuda, trate esto como una misión de los Navy Seals:

**Objetivo de la misión:** *Conseguir el número de teléfono.*

**Observe el terreno**.

**Detectar el objetivo**.

**Abordar y conectar**.

**Tome medidas - Conseguir el número**.

**Suelte al objetivo. Haga los ajustes para la marcha.**

**Tome una cerveza con las tropas en el CENTRO DE OPERACIONES preparándose para la siguiente misión.**

Hágase un favor y comience a planear su juego de marcha ahora, o deje que las cosas ocurran y quémese más tarde.

## Email

En el tema del correo electrónico, no veo ninguna razón por la cual usted no pueda pedir un email. Puede ser mucho menos formidable pedirlo, y a una mujer para darlo, pero todavía animo a conseguir primero su número de teléfono si puede. Dígale anotarlo mientras ella escribe su correo electrónico. Ella lo hará. Siempre debería tener un bolígrafo con usted para dárselo y que escribir su nombre y número. No use una PDA, móvil o ningún otro método de alta tecnología. Es como tener la firma de un cliente en un contrato: Le da el boli y el papel, y le pide que lo anote. No fuerce una charla para rellenar el silencio incómodo. Simplemente espere una decisión por parte de ella - la decisión de darle una oportunidad de seguir con esto. Una vez que ella se decida, otra parte de la mente de la chica tendrá que sostener su decisión y justificarla. (Véase el factor psicológico de disonancia cognoscitiva.) Si ella se lo da, sonría y se va. Una vez que consiga el número de teléfono, no pierda el tiempo. Salga de allí.

Tiendo a preferir el número de teléfono ya que muestra un nivel de interés más definido, pero otros aseguran que conseguir el email es más fácil para "contactos en frio" (completo extraño), ya que resulta menos imponente al principio.

**Recuerde**: La mayor parte de las personas están esperando que les digan lo que tienen que hacer. No tema ser un líder, *alégrese* de ello. Pida lo que quiere y lo conseguirá probablemente.

Una línea fácil: “me gustaría quedarme y hablar, pero tengo que regresar con mis amigos. Sería agradable que volviéramos a vernos.” Aléjese.

*No* le diga que la llamará. (Mystery). Vaya a otra parte, hasta otro bar si es necesario. Si se queda, sólo puede ocurrir una cosa: que ella baje su nivel de interés en usted. Abandónela con un sentimiento de curiosidad y perplejidad por usted. De esta forma, cuando la llame, ella le responderá seguramente. El error que muchos chicos cometen consiste en que se quedan demasiado tiempo con una chica con la cual han llegado lejos. Pero ella necesita espacio para pensar en usted, así que échese atrás y déjela. Tiene a otras mujeres para conocer y números que conseguir. Esta misión se ha acabado, soldado.

## Las citas Online

Las citas en línea comenzaron como un recurso para los inadaptados sociales, a convertirse en uno de los métodos más activos de conocer mujeres. Para esos hombres que son tímidos y “Buenos Chicos", deberían mirar los recursos en línea como un instrumento excelente para ampliar su círculo de citas y aumentar su experiencia. Éstos son los anuncios personales del futuro, y son un gran modo de conseguir mujeres.

Una advertencia que debería saber por adelantado sobre los servicios en línea consiste en que ellos intentan contestar a sólo una de las dos preguntas iniciales de las relaciones: ¿somos compatibles? y ¿tenemos química? Como consiguiente, encontrará a muchas personas que tienen intereses similares (pero por supuesto esto no se garantiza), pero también muchas por las que no siente ninguna atracción. Es la naturaleza del juego. Sólo puede contestar a una de estas preguntas a la vez, lance su caña y anzuelo a un estanque de peces que esperan ser capturados, conseguirá algunos. Seguro ellas pusieron sus fotos, pero mi experiencia me dice que puede ser muy engañosos. No sabrá realmente nada de ella hasta que la encuentre en persona si ella realmente reúne sus exigencias para la atracción. Tengo que subrayar que a pesar de esto, siendo capaz de salir, pescar y agarrar a unas cuantas son la mejor experiencia de refuerzo en las citas que pueda tener. Me gusta referirme a esto como experimentos de laboratorio, y aliviará mucho la presión de conocer a la Sra. Correcta en la primera cita.

Algunas reglas para las citas online:
- Su perfil debería estar escrito de forma poética y no explícitamente. Tiene que ser diferente. No ponga en una lista todos sus debe-tener, como “debe gustarle la música folklórica irlandesa, debe amar el espárrago.” Sólo comience con algunas imágenes románticas atractivas. Mezcle algo de humor y lo hará diferente. Quiere que esto provoque su interés para tener una posibilidad de venderse en persona. No sea demasiado incierto; sólo escriba algo diferente de los otros que buscan la aprobación. Intente algo como esto, un hombre que cree que podría estar un poco más fuerte:

> * *Describa a la mujer que busca*: “no la busco - la he visto ya. Ella me vio y pensó: ¡Wow! Qué paquete tan interesante de un hombre tan interesante. ¡No tiene un súper tamaño, pero qué Happy Meal! Ella sólo tiene que venir para averiguar donde consigo el resto de mi fuego y ambición.”

* O, algo más poético que gracioso: “es soñadora, pero tiene miedo de confiar, a veces con miedo de arriesgarse. Pero ahora ella sabe que hasta el mejor momento a solas no es comparable con un buen momento con alguien para compartirlo. Sus ojos ven la gracia y la poesía en el mundo, pero todavía tiene miedo de decirle a otros esto por miedo a mostrarse demasiado sentimental.”

- Cuando envía correos electrónicos a mujeres en línea, no tiene la costumbre de escribir una carta para cada una, cuide la primera impresión. Incluya algo personal de ellas que les diga que leyó el perfil (no sólo babeó la foto), y el resto puede inventárselo previamente. Tiene que ser gracioso y diferente, y desafiar su sensibilidad habitual. Algo como esto:

* “Bien, después de que consigas leerte los cincuenta correos de tipos perdedores que te dicen que están recién divorciados, que buscan un trabajo y una nueva esposa, quise enviarte algo un poco diferente. De todas formas, tengo 30 años, soy feliz, equilibrado, y tengo una estupenda personalidad. (Espero que te guste reír mucho. Vi en tu perfil que te gusta Robin Williams, así que eso espero.) Pensé que podría hacer una amiga interesante, así que venga hablemos y averiguas si tomar una deliciosa taza de diversión conmigo es mejor que citarse con los ancianos de Tallahassee…”

* “Dime si esto te suena: “¡Hey, sólo leí tu anuncio, y quise decirte que guaaapa que eres! ¡Tengo diecinueve años, pero soy muy sofisticado, y si puedo coger prestado el coche de mi padre, me encantaría que vinieras a ver una peli de monopatines!

¡NO!

Bien, pues si prefieres tener un poco de buena conversación con Pierce Brosnan aunque no tan guapo como él, deberías pulsar el que botón Reply. Por cierto tengo mi propio coche!”

- Si ella le contesta, escríbanse por correo electrónico un par de veces, pero cambie al teléfono **cuanto antes.** No siga bromeando de acá para allá durante semanas con ella. Ella consigue cientos de correos electrónicos cada día, y usted tiene que escalar con ella lo antes posible.

- Una vez que consigue el teléfono, tendrá que hablar poco tiempo con ella para ayudarle a aumentar un poco su cuenta de registro. Recuerde, excepto la información que pone en su perfil, ella no le conoce de nada. Cuando realmente habla de sí mismo, hágalo con chispa y diversión. Ninguna tema pesado sobre familia o ex-esposa que hirvió a un conejo en su estufa. Interrumpa la conversación (está ocupado, ¿recuerda?) y salga del teléfono. Entonces llame pasado dos días para conocerse y tomar café. No parezca demasiado impaciente, sólo relájese con el juego. De aquí en adelante es como cualquier otro encuentro.

Otro perjuicio posible de las citas online que debería ser consciente es lo que llamo el “Síndrome de la Confitera". Las mujeres que consiguen mucha atención y oportunidades pueden cansarse pronto. Sobre todo si saben que tienen una gran reserva de hombres en perspectiva con gran potencial, así usted tendrá que trabajar más duro para destacar del resto. Recuerde que si ella no le contesta, es probablemente que esté dominada por otras cartas de perdedores. Inténtelo otra vez.

## Speed Dating*

[No existe en España]

Supongo que es un síntoma de nuestra sociedad de comida rápida que esto tenía que pasar, pero el *speed dating* es sólo el último de los métodos para conseguir que la gente salga junta. Esto tiene sus orígenes en el Comunidad judía, y realmente es muy divertido y eficaz. Básicamente, un grupo de hombres y mujeres (aproximadamente en números iguales) se encuentran en un restaurante o bar. Se sientan uno enfrente a otro con el fin de hablar un poco y compartir información durante un breve período de tiempo. Cuando ha conocido a todo el mundo de la sala, considera qué personas podrían interesarle para una segunda cita. Si ellas le evaluaron también positivamente, le enviarán un correo electrónico o carta para que puedan seguir conociéndose.

Las ventajas:

- *Gran exposición*. Consigue conocer a muchas chicas disponibles en lugar de ir a un bar e intentarlo una a una.
- *No hay ningún pretexto.* Está allí para conocer gente y ver quien le gusta. Y ellas hacen lo mismo.
- *Práctica excelente.* Aprende a venderse en un corto período de tiempo. Incluso si no se empareja con nadie, se siente grande sólo conectando con el sexo opuesto.

Las desventajas:

- *El tiempo es limitado*, y es difícil sobresalir cuando hay tanta gente por ahí dando vueltas.

Si vive en un área metropolitana grande debería examinar estos acontecimientos y oportunidades.

# ACOPLARSE

En esta etapa va a:
1) Entrevistarse con ella en el contexto de unidades románticas de interacción llamadas "citas"
2) Ver si se ajusta a sus criterios para su objetivo
3) De aquí en adelante estar atento y preparado para decidir dónde y a qué distancia ir con cada mujer que conoce.

## Tenga cuidado de las “Citas"

He usado el término "citas" con bastante soltura hasta ahora, y pienso que esto exige un poco de aclaración. Me doy cuenta que la mayoría de hombres están acostumbrados al término y proceso "de la citas". La cita típica es donde invita a una muchacha a salir a comer y ver una película.

Me gustaría que comenzar a cambiar su enfoque. ***Deje de “Citarse".*** En cambio, consiga que ella vaya a sitios donde pueda mostrarse interesante y único. La cita tradicional es un modelo de saboteo. Cuando “le pide a una mujer para salir,” comienza un mecanismo en la mente de la chica que dice: “Oh, se siente atraído por mí, y quiere ver si soy una posibilidad de novia/relación/sexo.” Es un paso de baile familiar, *y ella sabe todos los movimientos*.

Lo que debe hacer es romper este molde. No contemple la "cita" en el sentido tradicional. Debe *excitar a las mujeres*. Su premisa va a cambiar, y debe hacer esto patente con las mujeres con las cuales quiere salir. Cuando invita a una mujer a salir, provoca todos sus mecanismos de defensa, y ella lo va preparar para una completa carrera de obstáculos. Necesita un atajo alrededor de ella.
Aquí está lo que tiene que hacer:

Su primera encuentro es siempre una entrevista, una especie de sesión tipo “conocernos un poco”. Los encuentros posteriores a esto siempre son un acuerdo tácito de que quiere salir y divertirse con ella. Guie lo mejor posible estos encuentros "tradicionales":

- *La comida en un restaurante* – Muestra falta de imaginación, y le deja con una cuenta grande. Ella se sentirá obligada a un beso si paga la cuenta. Demasiado raro.
- *Películas* - Ninguna interacción, ninguna imaginación, y si la película es mala terminará por ser el culpable.
- *Bebidas en una barra* - Demasiado a vida de soltero, y le vuelve a dejar con una cuenta que pagar, sólo es bueno como punto de partida. No como segunda cita.

Lo que debe hacer es crear una mini-aventura. Su trabajo es crear una experiencia interesante para que ella esté interesada en participar. Algunos ejemplos de encuentros después de la primera cita:

- J*uegos* – Ir a un mini golf, billares, bolera...

- *Tiendas*- Tiendas de temática inusuales. Dónde haya artículos muy variados sobre los que hablar y bromear.

- *Mercados, bazares o ferias* - Éstos también son interesantes cuando ofrecen algunas cosas interesantes para hojear y comprar.

- *Demostración de cocina* - hay muchas tiendas ahora que ofertan clases de cocina.

- *Cualquier sitio con una forma extraña o dramática* - castillos, viejas casas, ruinas. Había un lugar cerca donde viví llamado el Castillo de la Señora Blanca, donde un fantasma según se cuenta anduvo por allí. Muchos adolescentes fueron para tener un poco de acción.

- *Una Sesión de Fotos* - Consiga una cámara digital y salga a hacerse un reportaje como si fueran una pareja de novios. Se aprovecha de su vanidad, adulándola y provocándola sensación importantes y hermosas. Confíe en mí, no tiene que salir profesional. Sólo se **divierten**.

De esta forma se esfuerza por reducir los gastos de conocer y ver a una mujer, haciendo al mismo tiempo estas "citas" más seductoras y emocionantes. Ahórrese las cenas a la luz de las velas para más tarde. Cuanta más imaginación muestre ahora, más aumentará su atracción. Hay mucho tiempo para el romance auténtico cuando ella realmente se sienta atraída hacía usted.

**De aquí en adelante, cuando me refiero a "citas", realmente hablo de crear encuentros *únicos y emocionantes* con mujeres.**

## Los 10 Principales Errores

Hay muchas trampas potenciales durante los primeros encuentros con mujeres, probablemente más de las que puedo advertirle aquí. Sin embargo, hay algunos errores bastante previsibles cometidos en citas. Aquí una lista de los más destacados:

1) **Hablar demasiado** - (especialmente sobre sí mismo): Esto incluye la jactancia. Tiene que enfocar al menos el 70 % de la conversación en ella. La experiencia de la chica le dice que el hombre que la escucha la entenderá, y así cree que el hombre que la entiende será un buen amante. A la inversa es peligroso - si gimotea sin cesar ella aparentará escucharle, pero en el fondo no le estará tomando en serio. Tome una lección de los grandes anfitriones de programa de entrevistas. Mírelos cuando hacen preguntas y consiguen que cada invitado esté a gusto.

2) **Gastar demasiado dinero/esforzarse demasiado para impresionarla**: no compre flores, regalos o baratijas. Cuando un vendedor de coches viene con todos esos señuelos de ventas ostentosos, su reacción inicial es retroceder y ver lo que vende. Lo mismo ocurre con una mujer. Cualquier hombre que trate de comprar sus afectos demuestra poca seguridad en sí mismo y baja autodisciplina. Cualquier mujer que necesita esos regalos no vale su tiempo o energía.

3) **Beber demasiado** - (***y luego*** **conversar demasiado**): pueden encontrarse en un bar para una cerveza, pero sólo debería tomar una o dos bebidas (recuerde: ¡Restricción!) El problema de tener unas copas de más es la pérdida del juicio. Es atractivo "aflojar las cosas", pero es una cuesta hacia abajo. Las citas son de por sí delicadas, ¿por qué la haría más difícil? Una o dos bebidas son suficientes para lubricar la conversación y relajaros. Muchas deforma la situación.

4) **Tentativa de vender la siguiente cita demasiado pronto**: Usted quiere aumentar el misterio de su cita. Cuando las cosas van bien, la mayor parte de chicos comienzan a invitarla para la próxima vez antes de que esta reunión haya terminado. ¡Amigo termine el encuentro bien, consiga un beso, y no diga *nada más*! No insinúe o diga que la llamará. Sólo diga, "Lo he pasado bien" o "me divertí," y luego *marcharme*. Para los siguientes días, quiere que ella se pregunte si la llamará o la invitará a salir otra vez. Lo que ella no sabe sólo le ayudará. No trate de precisar varias citas sólo por satisfacer su inseguridad.

5) **Avanzar demasiado rápido**: REDUCIR LA VELOCIDAD. Si hay un error que comenten los hombres cuando están con las mujeres es que ellos van demasiado rápido. Seguramente no han tenido sexo en meses, y ahora piensan que pueden acelerar a la mujer para conseguir un resultado, o pasar a la siguiente. La impaciencia muestra una carencia severa de autodisciplina.

Hay un chiste sobre dos toros que están en una colina con vistas a una manada de vacas pastando. Un toro le dice al otro, "¡Oye, vamos corriendo para allá abajo y gocemos con un par de esas señoras!" El otro toro sonríe y dice, "Vamos **andando** y las tendremos a todas."

6) **Avanzar demasiado lento**: Si no toma medidas progresivamente hacia la demostración de sus intenciones románticas, ella perderá la atracción al no demostrar usted seguridad en sí mismo. Cuanto más espere, peor es la situación. En algún momento le pedirá dejarlo un tiempo y le soltará el rollo de ser sólo amigos. El romance tiene una fecha de caducidad, y no quiere que se estropee. Siempre adelántese hacia su siguiente objetivo romántico con ella.

7) **No estar relajado**: no esté visiblemente inquieto. Si no está relajado, comunicará desesperación nerviosa, y ella lo rechazará. Las mujeres no se sienten atraídas por los hombres excesivamente inquietos. Dedique tiempo antes de la cita para relajarse y dejar que su ansiedad y nerviosismo aminoren. He descubierto que estoy más relajado quedando con mujeres después de que haya calculado el encuentro. Estoy a gusto, las endorfinas están en mi corriente sanguínea, y mi confianza muy alta. Intente una terapia de relajación. En general, cuantas más mujeres conozca y se cite con ellas, más relajado se encontrará.

8) **Mostrarse demasiado necesitado y pegajoso**: Con frecuencia, los hombres y las mujeres están *demasiado* concentrados en lo que el otro está haciendo o diciendo. El hombre tiende a rondar alrededor de la mujer demasiado, mostrando que su capacidad de sentirse bien y feliz depende de **su experiencia** en la cita. Retroceda un poco para dejarla respirar. Ponga su interés en otra parte durante la cita, como la conversación con alguien cercano o simplemente haciendo una pausa cómoda entrar en la conversación. Las pausas son sobre todo tolerables si sonríe y parece seguro consigo mismo. Si está en un ambiente de compras, no tenga miedo de alejarse y dejarla que sea ella la que lo busque.

9) **Prolongarse demasiado cuando las cosas están yendo bien**: *Usted* debe terminar la cita. Tiene que tener la autodisciplina suficiente para terminar las cosas con una buena nota. Otra vez, muchos hombres no son capaces de terminar cuando han visto que ella está a gusto, y convierten así una cita buena en aburrimiento. A menos que sea ella la que le pida volver, tiene que terminar el encuentro cortésmente. No se quede más tiempo del necesario.

10) **No tener un plan de ataque**: Siempre debería tener una idea de hacia dónde ir y como seguir a continuación. Debería tener un plan de reserva para sus encuentros, de ese modo tendrá una alternativa en caso de problema. Si hay beso de buenas noches que se convierte en una sesión acalorada, tendrá que decidir cómo quiere progresar. ¿Tiene un condón? ¿Tiene un lugar para ir?

También tenga presente que sus encuentros iniciales con una mujer deberían ser *sólo usted y ella*. Nada de compañeras de cuarto o amigas. Si no puede venir a un lugar público sin la supervisión de una persona, es demasiado joven o puede tener un problema de confianza que no podrá vencer. Puedes pasar por el aro una vez, pero no más.

## Disponibilidad

Su disponibilidad hacia una mujer contribuirá a los sentimientos de atracción que ella tenga por usted. Si contesta el teléfono cada vez que ella llama, o tiene una agenda en blanco, sólo aparentará ser alguien que no tiene nada mejor que hacer, es decir, que no tiene una vida. Incluso si no tiene nada mejor que hacer, no es la impresión que quiere darle a ella o a cualquiera. Tendemos a valorar nuestro tiempo más con la gente que raramente vemos que con la gente que vemos todo el tiempo. (Ver el concepto de Escasez explicado antes.)

Aquí están las reglas de la disponibilidad:

1) No conteste al teléfono siempre. Deje saltar el buzón de voz de vez en cuando.

2) Nunca conteste al teléfono los viernes o el sábado por la noche. ¿Qué clase de hombre está disponible a esas horas? Sugerencia: Usted NO.

3) **No** devuelva las llamadas en seguida. Está ocupado disfrutando del mundo. No tiene tiempo para andar en busca de cada uno. Si la llama en seguida, esto grita: "¡soy un **hombre necesitado**! ¡Voy a sofocarte!"

4) Cuando intenta quedar con una mujer, sólo está disponible dos veces en cualquier semana para encontrarse con ella. Si sus horarios entran en conflicto, ella tendrá que reajustar o esperar hasta la próxima semana. Recuerde, si ella dice no, es ella la que pierde. Si la mujer está **verdaderamente** interesada, encontrará un modo de que se vean.

5) Durante las primeras semanas de citarse con una mujer, sólo hable con ella por teléfono el tiempo suficiente para establecer la siguiente cita. Cuando consigue la cita, le dice que tiene que irse y que ya la verá entonces.

6) Sólo está disponible para bloques de hasta noventa minutos. Asegúrese de que tiene que ir a algún sitio antes y después. Si una cita va excepcionalmente bien, siempre puede ampliarla - a su discreción.

7) Si fija una cita y ella quiere dejar abierta la posibilidad de confirmación, o le dice que lo va a llamar para verificar antes del encuentro, le dice, "Lo siento María, estoy muy ocupado y no tengo tiempo para hacer citas raras. Si quieres que nos conozcamos, vamos a marcar una hora y un lugar y estar allí. Si no volvemos a reestructuras las agendas para intentar fijar el encuentro O.K?" No está a su entera disposición para cuando ella lo solicite. Y normalmente cuando una mujer quiere llamar y verificar de antemano es porque va a volverse para atrás.

## Las Citas y la Amistad

Las citas y la amistad se excluyen mutuamente. Todo hombre ha escuchado a una mujer decir: “Me gustaría que fuéramos amigos” y los hombres se preguntan *¿qué demonios hice mal?* Aquí está lo que ocurre en esta dinámica:

a. El hombre entra demasiado fuerte, o demuestra muy poco de las Tres S. La mujer percibe esto, y aunque no necesariamente *rechace* citas con él, ya sabe subconscientemente que no va a dormir con él o permitirle que vaya más allá de un beso en la mejilla. Finalmente alcanzará un punto, donde ella no se sentirá bien con todo esto. Esperará hasta que él haga un movimiento de alguna clase, y luego le dirá que piensa que es un chico agradable, y que le gustaría que fueran amigos.

b. Una situación parecida ocurre cuando un hombre no entra con suficiente fuerza, demostrando otra vez muy poco de las Tres S. Ella ve que no es atractivo cuando no puede actuar sobre su deseo hacia ella (seguridad en sí mismo), y entonces el subconsciente de la chica decidirá que no dormirá con él o dejará que esto vaya más allá de un beso en la mejilla. Finalmente alcanzará un punto, donde ella no se sentirá bien con todo esto. Esperará hasta que él haga un movimiento de alguna clase, y luego le dirá que piensa que es un chico agradable, y que le gustaría que fueran amigos.

¿Ha jugado alguna vez al Skee-ball? Es un juego donde hace rodar una pelota por una rampa y en ésta hay varios anillos concéntricos con tanteo y agujeros. Si apunta mal o la hace rodar demasiado rápido o demasiado fuerte, la pelota termina en un agujero sin puntuación en el fondo de un cubo. Si la hace rodar demasiado flojo, la pelota termina en el mismo fondo sin resultado. La amistad es el cubo en la dinámica chico-chica. Si falla en captar la atracción de ella hacia el nivel correcto, encendiendo su pasión, ella perderá interés. Y - perdone el juego de palabras pero- sus pelotas estarán fuera de juego.

***Ella sólo quiere ser su amiga cuando piensa que está demasiado seguro o demasiado asustado para hacer que ella se sienta confiada y atraída.***

Cuando está descalificado en el juego de la mujer, cae en el cubo de amigo. Una mujer siempre busca una razón para dejarle caer en ese cubo, porque así evita el potencial dolor que supone una nueva relación. Usted es un elemento de turbulencia, de caos en su existencia ordenada. Siempre debe proveerla de entusiasmo y de comportamientos de atracción que mantengan su deseo de averiguar más, y estar dispuesta a arriesgar ese dolor.

Las mujeres y los hombres pueden y deberían ser amigos, pero seguramente no querrá tener un desequilibrio en su proporción. Los hombres deberían tener sólo unas amigas, y las mujeres sólo deberían tener unos pocos amigos. Sólo un par de razones:

- Tener demasiados amigos del sexo opuesto es confuso para su identidad sexual. Muy a menudo, los hombres se hacen parte del círculo de una mujer, y luego descubren que están perdiendo su masculinidad. Comenzará a identificarse con temas femeninos con demasiada frecuencia, y termina por convertirse en el Buen Chico, con demasiado miedo para hacer daño a una mujer a la manera de todos esos Chicos Malos.

- Tener demasiados amigos del sexo opuesto le resta tensión sexual que necesitará para la acción. Necesita un cierto nivel de tensión sexual en su vida para buscar mujeres. Muy a menudo, veo a la gente de ambos sexos que pierden su iniciativa para quedar porque pueden mantener un nivel seguro de tensión no correspondida en sus amistades. Ellos pueden juguetear con sus interacciones chico-chica, pero esto nunca puede llevar al sexo o a una relación. (También frecuente cuando las mujeres tienen amigos homosexuales.)

## SEO - Siempre estar Ocupado

Otra de mis reglas de oro para conocer a una mujer es que el hecho en sí mismo debería parecer secundaria a lo que está haciendo en su vida. Si está en Starbuck's, esperándola, ella no debería entrar y verle sentado allí, mirando la puerta, esperándola a ella. La primera impresión debería ser usted absorto en un libro, tomando notas o hablando por teléfono. Mire, *su vida tiene que ser interesante **antes** de que ella apareciera*, o usted empezará a oler a necesitado. Cuando hace algo más, esto dice que tiene intereses además de ella, y no será otro debilucho necesitado/pegajoso que tiene que sacudirse como un saco de pulgas.

Si se encuentran en una tienda o cualquier lugar bajo techo, asegúrese que tiene algo con lo que puede ocupar su tiempo. Haga que sea ella la que tenga que conseguir *su* atención, a ser posible. Si se encuentra en un lugar que no ofrece muchas alternativas para enfocar su atención, comenzar una conversación con alguien más. (Si es una mujer, no lo haga parecer que está ligando con ella cuando llegue su cita, sólo actúe amistoso). La regla básica general es que siempre tenga al menos un libro o una revista con usted, y lo use para sacar una conversación. No se siente allí a leer la verdadera historia de los Navy Seals y espere que ella lo encuentre fascinante. Lleve *People* o *Newsweek*.

Otra parte de la regla SEO es que las actividades que elige para sus citas en curso deberían ser cosas que hace *sin* una mujer; sólo le pregunta si quiere acompañarle. Esto también demuestra que tiene una vida, y no la necesita para divertirse. (Este enfoque se trata más adelante) Si le gusta la escalada en roca, pídale que vaya a su gimnasio. Si hace *kayaking*, pídale que vayan juntos de pareja en el río.

## Primer Contacto (Día 2)

Empecemos con la pregunta más complicada, una que estoy seguro que la mayor parte de chicos se han hecho desde que vieron la película "Swingers" por primera vez. ¿Cuánto tiempo esperar desde que consigue su número hasta que la llama?

He oído respuestas que van desde dos días, hasta dos semanas. Aquí actúa el sentido común y el autocontrol para contestarle. ¿Cuándo es demasiado pronto? El mismo día o hasta el día después es demasiado pronto. Nunca quiere parecer desesperado, y cada uno tiene un punto de vista diferente en cuanto a la desesperación.

Mi consejo más razonable es **esperar de tres a siete días** para llamar. Y mejoraría esto diciendo que nunca llame en un fin de semana, del viernes al domingo. Podría llamar el domingo por la noche, con la excusa de que trata de darle una oportunidad antes de que su "semana llene su tiempo" pero no esté

disponible desde la noche del viernes hasta la tarde del domingo. Sólo deje un mensaje, y no llame varias veces por día para investigarla. (Su identificador de llamada lo marcará como a un psicópata acosador). Si ella no contesta, vuelva a llamarla cada dos días para darle una oportunidad. Idealmente, debería conseguir tantos números de teléfono que no tendría tiempo para perseguir a una mujer, ¿verdad?

Si detecta que ella no devuelve sus llamadas, tiene la opción que yo llamo "Todo o Nada". Deja el siguiente mensaje:

"Hola Sharon, soy David. Te conocí en _________. Parece que filtras las llamadas o estás jugando a hacerte la difícil. Eso es muy bonito. Pensé que sería mejor llamar por última vez. Tengo curiosidad por encontrarme contigo para tomar un café y ver si realmente eres tan encantadora como sospecho que podrías ser. Llámeme."

La está desafiando para ver si tiene realmente interés. A veces ella podría estar lejos de vacaciones o de verdad ocupada, entonces esto le da un toque de urgencia. Sin embargo, ésta es la **última** vez que la llama.

## Qué decir cuando finalmente habla con ella:



La llama y dice: "Hola Suzie, soy David. Te conocí en _________. ¿Qué haces?"

Cállese y déjela hablar el tiempo que necesite. Escuche lo que dice para indicaciones tempranas de Banderas Rojas. Entonces consiga la cita y cuelgue el teléfono.

**REGLA**: *las conversaciones telefónicas no aumentan la atracción de una mujer por usted.* Las conversaciones cara a cara donde ella puede ver, oír y pensar en ser tocada por el hombre es lo que debe buscar. No es un vendedor de tele marketing; sólo busca un encuentro para la venta personal.

Diga: "Bien, me intrigó nuestra conversación, y pensé que deberíamos encontrarnos. Voy al festival de arte este fin de semana, y pensé que te podría gustar venir conmigo. Yo pensaba ir el sábado de 1:00 a 3:00. ¿Qué tal te va a ti ese horario?"

Cállese y déjela hablar el tiempo que necesite. Escuche lo que tiene que decir. Ha propuesto un encuentro dando detalles sobre dónde y cuándo, y dando opciones de tiempos. La primera persona en hablar, como antes, pierde. Ella aceptará su encuentro o hará una contrapropuesta. Si hay que renegociar demasiado este encuentro significa que ella le está diciendo amablemente que NO le interesa.

Puede descubrir que tiene que hacer un poco re-venta de sí mismo, dependiendo de cómo consiguió el teléfono y de cuánto tiempo ha pasado. Si le dejó una fuerte impresión, ella todavía podría estar en caliente, pero la tendencia es a que ella se enfríe a lo largo del tiempo desde que la conoció hasta la primera llamada. No se consterne si oye una pequeña distancia o frialdad en su voz. Ella sólo tiene que oír un pequeño recordatorio de por qué le dio su número.

Nunca llame a una mujer sin tener una idea firme del qué/dónde/cuando verse con ella. Téngalo claro. Tenga un buen plan para la cita, y use algunas palabras para describírsela. Hágalo parecer interesante para que ella se arriesgue a encontrarse con usted.

Si le rechaza, tiene que terminar así.

Le dice: “Bien, lo siento, pensé que teníamos algo en común. Tienes mi número. Si te interesa pasar un maravilloso momento con un hombre que puede hacerte reír, hazme una llamada. ¡Que tengas una buena semana! Adiós.”

Ahora la pelota está en su patio. Solamente, si piensa que ella es una mujer insegura, puede llamarla pasado una semana para intentarlo otra vez. Si colecciona tantos números de teléfono como debería, no tendría que preocuparse. Recuerde, no tiene tiempo que desperdiciar en mujeres que no están interesadas en conocerlo.

## Muéstrese sin Hablar

En la escritura de ficción, hay una regla que dice “Muestre, no narre.” Nunca le diga al lector que un personaje es infeliz; *muéstrelo* por sus acciones.

La misma premisa es verdad en las relaciones con mujeres. Las mujeres no oyen sus palabras, ellas **ven** sus acciones. La mayor parte de hombres tienden a usar muchos elogios y alabanzas, enviando notas de amor y prometiendo sus afectos. En las Citas Dinámica, debe demostrar sus intenciones, no hacer propaganda de ellas. Hablar sobre el amor no están efectivo como demostrarlo. Más que susurrar sus sentimientos al oído, muéstreselo. Un masaje en la espalda vale más que una docena de “Te quieros” . Considere los gestos que puede ofrecer, y sobre todo aquellos que no implican gastar una pequeña fortuna.

Algunos gestos interesantes de su creatividad:

- Un sugestivo poema escrito en el espejo.
- Un correo electrónico con una historia misteriosa y coqueta.
- Unos bombones en algún sitio en su escritorio sin indicaciones en cuanto a quién se lo dio.
- Un mensaje de voz…

Como siempre, estos gestos deberían ser sumamente limitados al principio, y usados como mantenimiento más tarde. Ellos no deberían declarar directamente sus sentimientos o deseos. Dele algo para dar vueltas durante horas. Ella quiere preguntarse, así que dele el regalo de **misterio**. Si ella ha avanzado con fuerza hacia usted, y está muy seguro de su nivel de interés, entonces puede hablar un poco más de su interés hacia ella, pero siempre **mostrar primero**.

## ¡Sólo Diga No! (Mujeres)

Las mujeres no quieren decirle no. No hablo de cuando comienza a meterla mano en la primera cita; para esto, ella le dirá de buena gana ***No.*** Hablo de cuando le pide el número o una cita y ella sale con respuestas que parecen hacerlo todo más difícil.

Las mujeres no quieren herir sus sentimientos y por consiguiente no le dirán “No, prefiero no tener una cita contigo.” Lo que ellas dicen en cambio es algo así: “Bien, me *gustaría*, pero mi tía de Varsovia viene a la ciudad. Estaré realmente ocupada haciendo sus salchicha” Entonces, el chico por lo general comienza a buscar alternativas, o generalmente no pilla la indirecta. A veces la respuesta negativa de una mujer es sólo una resistencia juguetona que tendrá que derribar y conseguir pasar. Tiene que darse cuenta que las mujeres no van a ser concisas o abrasivas; sólo quieren defraudarle tan amablemente como puedan. Tiene que ser capaz de leer entre líneas y oír lo que realmente dice, o decirle lo que usted *piensa que* ella dice y ver si lo admite. Ella tampoco quiere sentirse mal, así es que dirá lo que debe para evitar esto.

## Cerrar

Si ella acepta su oferta, entonces cierra con:

“Lisa, eso suena genial.” (No comience a decir cosas sin carácter como “Ah, ***cuantas*** ganas tengo de verte otra vez”.) “Te veré a las seis el miércoles en la Librería Fronteras. Bueno Lisa, ¿ no serás una de esas chicas que quedan y luego se echan para atrás, verdad? Una de las cosas que más me fastidia es la gente que llega tarde o te deja colgado” Escuche cómo ella le dice lo buena que es quedando con la gente y de como estará allí a tiempo. Lo que hace es venderse a sí misma y reforzarlo en su mente, así como obligarla a cumplir con una identidad que le ha ayudado a establecer - una persona de confianza que se presentará a tiempo. También ha dejado claro cuales son sus expectativas y estándares. Esto es seguridad en sí mismo.

La mayor parte de otros hombres cambiarían sus opiniones y su partido político si pensaran que eso les ayudaría a llegar a algún sitio.

Una vez que acuerden la hora y el lugar, **¡cuelgue el dichoso teléfono!** Cuanto más hable ahora, más valor se restará. Si sigue hablando, sólo dará más información sobre sí mismo, y así reducirá parte de su misterio. Quiere darle **más** razones para verse, en lugar de quitarlas.

¿Cuál es el objetivo de esta etapa en su estrategia? Ahora mismo, espera contestar a una sola pregunta:

**¿Es una candidata por mi objetivo de citas?**

Tenga presente que la respuesta puede ser: "TAL VEZ" o "NO". El "SÍ" no existe hasta mucho más adelante. Fíjese que otro gran error que tanto los hombres como las mujeres cometen es pensar que, “¡Sí, es único, lo mejor!” sólo porque hubo algo de química y el encaprichamiento nubló su juicio.

## Consejos para ahorrar dinero

Para el primer encuentro no planee una gran cita con flores, cena y una película. Parecerá un tonto desesperado por conseguir aceptación, y ninguna mujer lo respetará - o se sentirá **atraída** – por esta clase de comportamiento. Está cribando candidatas por un trabajo, y esto es sólo un vistazo al currículo. No sé usted, pero a mí me preocuparía una empresa que puso demasiado empeño en atraerme para un puesto de trabajo. Las mujeres se preocupan de esa clase de cosas también.

Planee no gastar más de 5€ para esta primera sesión de reconocimiento. Al menos la mitad de estos primeros encuentros acaban en desilusión, entonces para cada cuatro encuentros que inicia, ahorra al menos 80€, asumiendo aproximadamente 40€ por cita - y esto es una cita barata (le dije que le ahorraría tiempo, angustia y dinero, ¿verdad?) Aprenderá más en citas baratas, ya que si la chica es de bajo mantenimiento descubrirá si ella se divierte o no. Si la cita es cara, terminará por forzarse a sí mismo para sentirse más interesado porque invierte más.

Gaste menos, consiga más.

Tan sólo esté una media hora con ella en una cafetería local. Hágalo interesante y fresco, no una tarea, y si realmente se hace interesante siempre puede ampliar el tiempo un poco. Vaya unos minutos antes para comprobar el lugar y conseguir un asiento, y así entretenerse. Como aconsejé antes, puede traer un libro o una revista. No parezca un tipo necesitado que se muere por estar con una mujer.

A los cinco **(5)** minutos después del tiempo fijado para quedar con ella, usted se pide su propia taza de café o té. Así cuando ella llegue, habrá demostrado ya que es capaz de crear su propia felicidad en la vida. Cuando ella se acerque, le pregunta lo que quiere, lo pide y lo paga.

Espere allí durante quince **(15)** minutos. No más tiempo. Si ella no aparece para entonces (o le llama en su teléfono móvil) se marcha. No permanezca en el exterior o vaya a buscarla. Se va a casa o a su siguiente cita. Más tarde puede decidir si hay suficiente interés para pedirle una explicación de su comportamiento grosero. Si no, olvídese de ella y continúe.

A diferencia de la primera cita, en este encuentro no tiene que preocuparse por conseguir un beso. Aunque, si las cosas van bien o descubre que hay química, puede intentar el beso de todos modos. (Ver el debate sobre el beso en la siguiente sección.)

El objetivo de este encuentro es observar las Banderas Rojas. Tiene que averiguar si ella es inestable o poco fiable tan pronto como sea posible. Déjeme exponerlo en términos simples: si ella demuestra alguna cualidad que encontraría alarmante para la madre a sus hijos, page y salga corriendo ahora. Es mucho más fácil desenredarse ahora que más adelante. Recuerde: su trabajo no consiste en descubri a la señorita Correcta sino evitar a la señorita Equivocada. Imagine su vida con la mujer equivocada, y encima con la incapacidad de marcharse debido a los hijos o el dinero.

**Está mejor de dinero solo que con la mujer equivocada.**

## ¿De qué hablamos?

Creo en el dicho que dice: Dale a un hombre un pescado y se alimentará un día; ***enséñele*** a pescar, y se alimentará para toda una vida. Voy a hacer ambas cosas por usted. Voy a mostrarle cómo encontrar cosas de qué hablar, así como algunos temas específicos. (Mire también los apéndices)

Comience con las preguntas normales de charla, pero sólo unas cuantas. No se quede con las cosas de siempre: película favorita, color favorito, programa de televisión favorito, etc. Pregúntele sobre cómo le fue el día y luego comience a extenderse.
Aquí algunos temas:

- Hablar sobre algo interesante de las noticias. Hay muchas historias excitantes.
- Hablar de alguien interesante que no le afecte inmediatamente. Mientras no sea demasiado negativo, puede encontrar mucha charla.
- La regla general es hablar de cualquier cosa que trate sobre el presente o el futuro, dejando el pasado por el momento. Puede parecer que busca una relación estable.

El mejor modo de aprender el arte de la conversación es con unas reglas simples. La primera de las cuales es: ***haga preguntas***. No haga sólo preguntas "todo o nada", sino preguntas *abiertas*, la clase de preguntas para que una persona pueda hablar de sí misma.

- ¿Cuál era tu asignatura preferida en la escuela? ¿Por qué?
- ¿A qué parte del mundo te gustaría ir? ¿Por qué?
- ¿Qué te gustaría cambiar del mundo? ¿Por qué?
- ¿Qué aficiones realmente te gustan?
- ¿Qué harías en la vida si supieras que no ibas a fallar?
- ¿Qué tres libros te llevarías a una isla desierta?
- ¿Cuál es la cosa más inspiradora que alguien te dijo una vez?
- Si tuvieras que transformarte en un animal ¿Cual elegirías?
- ¿Qué coche se parece más a tu personalidad? ¿Por qué?
- ¿Cuál es el lugar más agradable que has visitado en tu vida?
- Si hubiera una cosa que lamentas no haber aprendido ¿Cuál sería?
- ¿Quién es tu héroe personal? ¿Por qué?
- ¿Cuál es tu período de tiempo favorito en la historia? ¿Por qué?

Pregúnteles cosas que nadie más les haya preguntado alguna vez. Olvide su color favorito. Sea ***diferente***.

Otra regla simple consiste en que realmente es más fácil encontrar cosas de que hablar con el impulso del momento que tratar de memorizar temas, pero ambas funcionan. Si tiene un par de cosas de que hablar, no conseguirá mantener una buena conversación si encima se pone nervioso. Y, si puede generar sus propios temas sobre la marcha, será una máquina de conversación.

Cuando se encuentre sin palabras, la mejor cosa que puede hacer es miran alrededor suyo y buscar un tema. Comience con ella y su joyería, su ropa, el peinado, etc. Una buena pregunta es notar una pieza de joyería y decirle: “¿cuál es la historia detrás de esto?” Alternativamente, debería ver lo que continúa alrededor suyo. Si está en un mostrador de deportes, puede preguntar si ella está en algún equipo

particular. Si hay un televisor cerca, use lo que ocurre para comenzar alguna charla. De la charla viene la conversación más grande.

Cuando consiga mantener una conversación básica, entonces podrá extenderse un poco. Otra regla buena de la conversación con mujeres consiste en que debería hacer el tema sensacional, un poco escabroso y dramático. Entonces introducir algo de humor.

Por ejemplo: Está en una bar y sólo pretende saber cómo le fue el día. Echa un vistazo a al televisor y ve que están retransmitiendo "Cops". Así que dice: “¿has visto alguna vez este episodio? ¿Qué piensas de la serie?” Después de que ella conteste, le dice: “Siempre están arrestando a tipos con sobrepeso en camping. ¿Por qué no van alguna vez a una casa agradable en el valle? En cambio, entre ellos se llaman ‘Bubba’ y llevan las mismas camisetas.”

Ser capaz de llevar la conversación por los temas habituales y hacia algo gracioso le da un toque de ingenio. Todos los chicos con los que ella se ha citado en la última semana usa los mismos guiones:

- ¿Qué haces?
- ¿Vives en la ciudad?
- ¿Has ido/visto alguna película/restaurante/espectáculo/club bueno?
- ¿Cómo ‘encuentro este tiempo?
-***ABURRIIDOOOO***

¡Tenga cuidado! Ella también tratará de meterle en el modo “cuestionario de citas” haciéndole las preguntas habituales.
- ¿Qué haces?
- ¿Qué tipo de coche tienes?
- ¿De dónde eres?
- ¿Está tu familia aquí?
- ¿Quieres tener niños?
- ¿Alguna vez has estado casado?

Si no rompe este patrón y hace cosas divertidas y diferentes, ella va a tratar de determinar por qué *no va a funcionar* la relación. Si no es una maravilla, ella va a tener que compensar su falta de atracción por usted con algunas conclusiones “aparentemente razonables” - aunque ellas no sean verdad. Eso es a lo que estará inclinada, ya que parte de ella no quiere arriesgar su corazón con otro bufón. Tiene que vencer la apatía de la chica. Sáquela rápidamente de los tópicos. Tiene que conseguir que su pensamiento esté en la parte romántica de su cerebro, la parte que entretiene la posibilidad y la intriga.

**Betty**: ¿Piensas que comprarás una casa por esta zona?
**Dave**: Hey, vamos. No entremos ahora en una conversación profunda. Espera a que tengamos tres hijos y una hipoteca (sonrisa leve) “No querrás dormirte conmigo tan pronto ¿verdad?”

Podría quedarse parado ahí, pero el Hombre Dinámico lanzaría un: “bien, tienes que saber que pensaba comprar un castillo en algún sitio. Me disfrazaría con una armadura y andaría por ahí toda la noche actuando como un fantasma. Yo asustaría a los niños que se presentaran a la fiesta. Esa clase de cosa.”

Preguntas de Intriga Románticas:

El objetivo de la conversación con una mujer es aumentar sus sentimientos de atracción por usted, no matarlos, dándole una oportunidad de aprender sobre ella. No hay mejor modo de llevar a cabo eso que usando Preguntas de Intriga. Estas son preguntas que la ponen en contacto con sus sentimientos positivos y ayudan a asociarlos con usted.

- Primero, da una excusa antes de empezar:
  *"El otro día, estaba viendo un programa sobre los parques de atracciones, y me pareció muy interesante como el ingeniero diseña los paseos."*
- la siguiente parte sugiere algunos sentimientos:
  *"Hablaron no sólo de cómo hacer circuitos emocionantes y peligrosos, sino también adictivos. Le dan esa explosión, como si fueras alcanzado por una tormenta."*
- y la última parte es la pregunta:
  *¿ Cuál es* ***tu*** *atracción favorita? ¿Cómo te hace sentir?"*

Estas preguntas son únicas y cautivadoras. También son muy potentes, y no debería abusar de ellas. Pero pueden despertar entusiasmo si son bien hechas y son lo suficientemente abiertas como para explorarla. Añádalos poco a poco como las especias a un guiso.

Algunos temas de los cuales debería *evitar* hablar:

- La autocrítica -incluso hecha con humor esperando que ella le compadezca y así conseguir el sexo por compasión.
- Nada violento- peleas, lucha, violación, abuso de niño, muerte, odio, crueldad.
- Algo demasiado polémico - aborto, política, raza o religión.
- De por qué ella odia su trabajo.
- Por qué rompió con su último novio.
- Problemas de salud.
- Sus ingresos o riqueza. Si está muy interesada en su saldo, no debería perder más el tiempo.
- Las preguntas típicas que se hacen en las citas y no muestran ninguna imaginación. Debe ser diferente. Si no parecerá que tiene escrito un cartel que dice: "busco una relación para tener sexo" ella lo descartará automáticamente.
- **Cualquier tema sexual**, a menos que la chica lo mencione. Si va demasiado rápido, se parecerá a los trescientos últimos tipos que se citarón con ella y pensaron que si aceleraban las cosas conseguirían llevársela a la cama. Por extraño que parezca, estos tipos piensan que sacando el tema del sexo, conseguirán una indicación temprana de la predisposición de la mujer. (Ver la Estrategia de Inversión Sexual abajo.)
- No hable del pasado. Si ella comienza a hacerle preguntas sobre sus mujeres, entonces desvía el tema a algo más positivo y prometedor. Ninguna conversación sobre "esa zorra que lo dejó"
- No hable de su familia excepto en términos positivos y generales. Tienen mucho tiempo para conocer los problemas particulares de cada familia.

Y ahora un consejo importante que requiere su propia sección: ¡**No Alardear!** La queja más común de las mujeres es que los hombres toman un tema que ella ha sacado y lo usan como punto de lanzamiento para jactarse de sus logros. Las mujeres por naturaleza, son muy pasivas en la conversación con los hombres. Ellos en cambio entran en la conversación agresivamente, como si estuvieran hablando con uno de sus amigos. En la comunicación masculina se tiende a demostrar dominio. Y así perpetúan este modelo con las mujeres, no dándose cuenta que la verdadera seguridad en sí mismo es demostrada

cuando ellos tienen *la autodisciplina* suficiente para CALLARSE. Impresionará a una mujer por su moderación y por cómo la hace sentir, no por sus logros personales.

Si quiere una alternativa buena para impresionarla, intente esto: Por causalidad mencione algo interesante de su vida que ha hecho o ha visto o ha experimentado, y luego cambia el tema. Como esto:

"Brasil parece genial, pero no estoy seguro de recomendar uno de esos paquetes de viaje en vez de planear tu propia visita. Yo habría disfrutado de Venecia mucho más si hubiera estado más tiempo allí. ¿Así que planeas viajar a Sudamérica pronto?"

¿Ve cómo esto funciona? Él logra clavar su interés, mencionar que ha estado en Venecia, y todavía no parecer que se jacta o trata de impresionarla porque volvió a la conversación de ella. La mujer seguirá con lo que decía, pero ahora se pregunta sobre eso.

*Ha estado en Italia ¡Wow, que romántico! ¿Me pregunto si fue con alguien? Me pregunto qué le pareció…*

## Pánico masculina

Hay una trampa en las citas que tengo que indicarle, porque esto le pasará cuando comience a desarrollar este modo de pensar. Lo llamo Pánico Masculina cuando los hombres reaccionan a las oposiciones de una mujer. Digamos que está con Laura en la barra de un local mexicano, probando unos buenos tequilas. Aquí la conversación:

**Laura**: Mmm, realmente me gusta este sitio. ¡Vamos a ver la zona superior!. (Ella llega junto a él a dejar su chupito y coge a Martin del brazo.)
**Martin**: (Sonrisa) Oye, mejor ve tú. Sólo porque me estoy tomando un tequila contigo no vamos a ir juntos a todas partes. (Guiño para estar seguro de que es una broma.)
**Laura**: (pérdida de sonrisa) ¡Eh! ¿Qué quieres decir con eso?
**Martin**: (vacilación y miedo porque dijo algo incorrecto) "Bien, yo, uff … sólo supuse que te gustaría ir sola… estaba bromeando. Lo siento. ¿Quieres que te compre otro trago?"
**Laura**: (encogimiento de hombros). "Sí, eso estaría bien…"

¿De dónde viene este pánico? Los sospechosos de siempre: falta de seguridad en sí mismo y auto-disciplina. Martin hizo un comentario medio en broma, medio chulo. Laura, sin embargo, carece de sentido del humor o de verdad confundió lo que él trataba de decir no dándose cuenta de que era una broma. Tal vez también Laura bromeaba con él. O tal vez podría estar probándolo, tratando de ver si era un hombre seguro o un debilucho. Independientemente de la razón, el resultado fue el mismo: Martin ahora parece un estúpido inseguro porque no pudo mantener su chulería. Ahora, pase lo que pase la intención original de Laura ya no importa, su atracción por Martin ha bajado debido a su falta de carácter.

¿Cuál debería haber sido la respuesta de Martin? Levantado una ceja, haber hecho una pausa durante un segundo y haber recabado información. Esto habría dado a Laura una oportunidad de clarificar su sentido y salvarle de la necesidad de explicar nada. Si ella no le diera ningún indicador, habría sonreído y habría dicho "es una broma." De ninguna manera debería haber mostrado que su respuesta le afectaba o le importaba.

¿Qué pasó? Bien, Martin sintió pánico, puro y simple. Pensó que Laura estaba enfadada con él (podía o no podía haber estado) así que empezó a comportarse como si necesitara su aprobación. Esto puede venir de atrás y significar muchas cosas, pero en la mayor parte de los hombres es una indicación de que reverencian y adoran a las mujeres como seres casi sobrehumanos, autorizados con la capacidad de decidir si un hombre es digno o no. (Significados ocultos como que no quiere enfadar a mama) Pero la verdadera pregunta vuelve a las creencia de gente como Martin. Si piensa que la desaprobación de una mujer o que ella se enfade con usted va a reflejarse en su autoestima, se descubrirá entonces atormentándose con hombres como él. Las mujeres no quieren sentirse responsables de su (o de alguien) sentido de felicidad o bienestar. Si reacciona a sus reacciones, demuestra necesidad de aprobación - su aprobación - y eso es muy poco atractivo. Debe comenzar a poner en duda y cambiar esta creencia cuanto antes usando el entendimiento que se adelanta en este programa.

## Lo Primero en la 3ª Cita

En este momento del proceso está ya listo para darle al candidato del trabajo una verdadera entrevista. Es momento de averiguar un poco más acerca de ella, así como lucir un poco de confianza afable. La ha conocido y ha decidido que ella no es obviamente una psicópata, y está listo para ir al siguiente paso y mostrarle un momento romántico.

Los objetivos de esta etapa son varios. Quiere impresionarla por su autodisciplina. Quiere maximizar su atracción por usted mientras permanece tan emocionalmente neutro como sea posible. Quiere estar seguro de pasar cualquier prueba que ella pueda presentarle a lo largo del camino. Y, como he dicho antes, tiene que citarse con otras mujeres durante este proceso para darle perspectiva y distancia.

¿Qué hacer ahora? Planear citas simples (recuerde mi definición "de citas") que le permitirá seguir adelante en su proceso de descubrimiento y tratar de involucrar su mecanismo de atracción. Por simple, quiero decir, que no exagere. Nada de flores, nada de regalos como dije antes. Cree encuentros interesantes y emocionantes que no sean la norma e irá por buen camino. Vaya a la tienda local de curiosidades. Tiendas de música y DVDs porque puede tener una idea de sus gustos y proporcionar temas de conversación.

Si está en una cita casual, y sólo tiene algunas rutinas engañosas, debería al menos demostrar mucha confianza (no arrogancia) así como un comportamiento divertido. Tan emocionante y divertido como pueda, ya que esto aumenta la respuesta sexual. Si puede sacarle unas risas y que hable de sí misma, se sorprenderá de lo lejos que pude llegar. Mantenga la conversación enfocada en ella al menos el 70% del tiempo, y siempre tenga un plan para cada paso a lo largo del camino. Tiene que saber cómo pasar de un punto al otro de la secuencia.

No subestime su necesidad de callar **y escuchar** a este punto. (Y escuchar de verdad no sólo esperar su turno para hablar.) Una buena razón para prestarle la atención que ella necesita es demostrar su capacidad de entenderla, pero otra es estar atento a cualquier bandera roja. Escuche las cosas que dice y asegúrese que no pierde la pistas. Si hay un error que he cometido y he oído mil veces, es que realmente no prestamos atención a las señales que aparecieron al principio antes de que estuvieran luego profundamente arraigadas. Una mujer le dice todo que tiene que saber sobre ella sin necesidad de hacer preguntas específicas, si sólo dejará de fantasear sobre sus besos profundos y cómo estará ella desnuda.

No escuche sus palabras tanto como lo que hay debajo de ellas. La mujer no le dirá nada *directamente*, pero los ejemplos que da son suficientes para que saque sus propias conclusiones más tarde.

- ¿Habla sin parar del nuevo *bebé* de su hermana? ¿Sobre cuánto tiempo pasa con él? ¿Qué piensa que esto podría significar?
- ¿Se queja de su trabajo, de los problemas de micción de su gato, de la lluvia? ¿De porqué odia todos los programas de la tele, de porque no le gustan los asiático, los italianos, los franceses, los indios, los alemanes o la comida brasileña? ¿Qué mensaje podría estar allí?

¡Escuche! No reaccione de manera exagerada, pero preste atención ahora y observe las infracciones que se repiten - esos temas que aparecen con regularidad (alarmante). Hablar y conversar son las monedas de uso legal en las citas y las relaciones. El aprendizaje de los puntos más delicados como éstos no le garantizarán el éxito, pero no hacerles caso asegurarán el fracaso. Y no olvide: no importa de lo que ella hable, siempre le dirá algo sobre **ella**. Si escucha atentamente ahora, estará mucho mejor preparado más tarde.

## El Beso

Una regla que mantengo firmemente es esta: Debe intentar besarla al final de su primera "cita" legítima. El primer encuentro con ella puede no ser el más apropiado para intentar esto, como cuando la conoce por primera vez o en la "cita del café". Pero si está en un Tú a Tú con ella durante varias horas donde ha quedado más o menos claro que no van a tener una relación platónica, entonces **debe** buscar el beso al final de la cita.

Hay dos motivos:

1) Debe determinar cuanto antes si realmente está interesada o si sólo va a hacerle perder tiempo, energía y dinero. Hay muchas mujeres por ahí que son citadoras profesional. La verdad es que cualquier mujer que sienta un nivel sano de atracción para usted **querrá** besarle. Esté dispuesto a afrontar este momento crítico en su cita, donde ella tendrá que mostrar sus verdaderos sentimientos. Sí, puede engañarse a sí mismo diciéndose cosas como que ella no estaba lista, o que es tímida, pero necesita hacerse de cosas mejores. Hay literalmente millones y millones de mujeres "citables" sólo en los Estados Unidos, ***y mil millones*** más en el resto del mundo, y no vivirá el suficiente tiempo para encontrarse con todos ellas. ¿Por qué perder su tiempo con alguien que no está interesado?

2) Debe asegurarse por adelantado que no están aquí para ser amigos. Otra vez, no busque un vínculo amistoso con el fin de tener más tarde una posibilidad de relación romántica. Es su opción. ¿Quiere un puñado de pequeñas amigas agradables que le llaman cada vez que necesitan que les cambien el aceite o un hombro dónde llorar? o, ¿quiere a una mujer (o mujeres) con quién pueda explorar una relación romántica y/o física? Ella debe saber que usted está interesado en ella, y que es lo suficientemente seguro de sí mismo como para hacer algo al respecto. Es un hombre, es sexual, y no debe sentirse avergonzado por ello, no importa cuántas feministas traten de hacerle sentir vergonzoso y sucio.

Si no sabe hacia el final de la cita si ella le besará, entonces es que no la ha prestado atención o probado su interés a lo largo del proceso. Si consigue un beso no debería ser una gran sorpresa. Aquí tiene dos pruebas que le permitirán saber cómo va la cosa:

- ✓ **La Prueba del Pelo**: haga un comentario sobre su pelo, sobre lo brillante y maravilloso que luce (sí, esto es un elogio aceptable.) Entonces, vaya a tocarlo lentamente con sus dedos. Observe su reacción. ¿Se retira? ¿Se inclina hacia delante? Si expresa un poco de resistencia, tendrá que retroceder y comenzar a sacar su encanto otra vez.

- ✓ **Búsqueda de Contacto**: Encuentre una buena razón para inclinarse mucho hacia ella, y luego meta la mano en su espacio personal. ¿Cómo reacciona? Si ella lo mira, pero no se aleja es que espera más contacto, lo que significa que un beso está probablemente en su cabeza. Si se retira o parece endiosada, tendrá que retirarse y re-evaluar.

En general, será capaz de calibrar la probabilidad de un beso antes de llegar a la mitad de la cita, sólo observando y mirando cuan sensible es ella a sus "movimientos" especiales. He incluido una lista general de indicadores del lenguaje corporal en los apéndices los cuales debería memorizar y mirar a lo largo del aprendizaje.

En algún punto del encuentro, bésela. No busque la lengua o rodearla con sus brazos. Sólo ponga una mano en su brazo u hombro y dele un beso sonoro y dulce en los labios, y - esto es crítico - hágalo *corto*. **Usted** debe ser el que termina el beso primero de modo que ella no se sienta sofocada y quiera más posteriormente. Quiere que su pensamiento se centre en ese beso y desee más mientras sea posible. Su inversión ganará intereses por sí solo, aun cuando no esté allí con ella.

## Citas Rotas – Ella no se presenta

Esto pasará. Las mujeres simplemente no se presentan a las citas. Y le ocurrirá con bastante frecuencia, pero es sólo parte del juego. Si una mujer rompe una cita con usted, y su razón no es muy convincente, debe suponer inmediatamente que no está interesada. Si llama y le deja un mensaje justo antes, entonces la llama y dice:

"Suzie, estoy un poco decepcionado, no pensé que me dejarías colgado una hora o dos antes de que nos encontráramos. Pero bueno, he pensado en darte una oportunidad para que me compenses."

Entonces calle. La primera persona en hablar pierde. Si ella no se deshace en excusas y ofrece una alternativa, le dice: "Bueno, lamento que no funcione. Que tengas una noche agradable." Haga clic.

Si no se presenta **y no le llama** para pedir perdón, lo mejor que puede hacer es limpiar su número y seguir adelante. Si siente que necesita una explicación y fue todo demasiado raro, puede llamarla y preguntar:

"Suzie, estoy muy decepcionado. No pensé que fueras una mujer descortés y me hicieras perder el tiempo de una manera tan superficial. ¿Por qué no viniste?"

De nuevo, si no hay una razón convincente y una oferta alternativa, le dice que esto no funcionará. Haga clic. Si piensa que la excusa es razonable, le dice:

"Bien, normalmente no doy una segunda oportunidad cuando esto pasa, pero te dejaré que me lo hagas a mí. ¿Dónde me recoges?"

Ella responderá probablemente al desafío y ofrecerá una alternativa. Si le parece bueno, puede aceptar o hacer una contrapropuesta. Si después de que usted le ofrezca una segunda posibilidad, ella se indignada (¿Bromeas? ¿Qué **yo** vaya a por **ti**? Oye, qué te has creído…"), la corta y dice: "Lo siento, Suzie, parece que estamos perdiendo el tiempo. Buena suerte." Haga clic. O si dice que ella le llamará con una alternativa, o algo menos que una ansiosa renegociación, entonces tiene que cortar ese pasotismo. Ella no está interesada. Pase a otra cosa o perderá más tiempo, energía y dinero.

Aquí tiene una estrategia alternativa que considero justificable. Ante todo tenga claro que si ella no se presenta, le está faltando al respeto y quizás poniéndolo a prueba. Las mujeres con frecuencia se olvidan o no se presentan, y no debería tomarlo como algo personal, pero esto no significa que no intente que funcione *a su* favor.

Si no se presentó a la cita, espere hasta el día siguiente y llámela. (No llame el mismo día; aparecerá débil.) Aquí está lo que dice:

"Suzie, lo siento tanto. Quería llegar a nuestra cita del martes. Las cosas se torcieron y perdí la noción del tiempo. ¿Lo intentamos de nuevo?"

Esto lo puede dejar en un contestador automático (preferiblemente) o puede decírselo directamente. Ella confesará que no se presentó, o que fue. Tanto lo uno como lo otro, al final conseguirá una indicación de su integridad. Es su llamada entonces en cuanto a si usted persigue y la encuentra.

Sin tener en cuenta la situación, si la mujer falla una segunda vez:

"Suzie, siento no poder ir esta tarde. Tengo un presentimiento sobre tu informalidad y no voy a presentarme, es mejor que no nos veamos durante un tiempo. Buena suerte."

Nunca tendrá más noticias de ella, y será probablemente lo mejor. Si le trata así ahora, ¿imagina cómo le tratará más adelante? De vez en cuando se encontrará a una mujer verdaderamente arrepentida que realmente le gusta, pero le dejó tirado y ahora trata de arreglarlo. El punto para usted es mantener su dignidad y no dejar que perturben su auto-confianza.

## Estrategia Sexual Inversa

Como mencioné antes, la mayor parte de los hombres buscan conversaciones sexuales demasiado pronto, y el resultado inmediato es una desconexión de la mujer. Ninguna mujer disfruta de las insinuaciones sexuales de un hombre al que acaba de conocer. ¿Por qué? Porque las mujeres saben que estamos interesados en ellas por el sexo. Y su primera defensa es asegurarse de que el hombre es ***de Confianza***.

Todo sea dicho, a las mujeres les encanta hablar de sexo, pero sólo cuando *ellas* inician el tema. Cuando realmente comienzan a hablar de sexo, esto no significa que estén listas para tenerlo con usted, pero puede estar seguro que se siente cómoda.

La Estrategia Sexual Inversa es esencial. Es una forma de Desafío que muestra que es un hombre muy seguro. Esto también demuestra las Tres S - seguridad en sí mismo, autodisciplina y sentido del humor. Lo que pasa es que después de un tiempo, después de que ha estado demostrando las Tres S y ella comienza a sentir atracción, y cuando la mujer siente curiosidad de su atracción hacia ella, entonces buscará que meta la pata y dirá algo provocativo o comenzará a dejar caer pequeñas indirectas. Aquí está como debe manejarlo:

**Samantha**: ¿Qué dices, que trato de aprovecharme de ti? (sonrisa maliciosa)
**Nick**: Oye, acabo de oír lo que dijo el Dr. Martin sobre mezclar alcohol y sexo. Pero no vayas demasiado rápido tigresa. No soy fácil. No puedes irte a la cama conmigo como si fuera un Romeo. Tengo que ser seducido.
**Samantha**: ¿Romeo? (sonriendo)
**Nick**: (sonrisa satisfecha) Conozco a las mujeres como tú. Comienzan comprando bebidas y lo siguiente es una invitación para ir a su casa. No soy fácil. (Guiños, luego serio) Por cierto ¿dónde conseguiste ese anillo?
**Samantha**: (Juega con su pelo y se inclina más). ¿Esto? Umm, lo conseguí en Ámsterdam…

¿Por qué funciona esto? La razón más importante es que simplemente demuestra que es diferente. No se parece al resto de los otros chicos. No se acerca ni demasiado rápido, ni demasiado pronto *y* encima le da un motivo para dudar sobre su propio atractivo sexual. No le está diciendo que es fea o desagradable, pero está provocando que se pregunte.

"Whoah! ¿Qué está pasando? ¿Está bromeando conmigo? ¿Me encuentra interesante? ¿Por qué no está actuando como los otros chicos y empieza a tratar de llevarme a la cama? ¿No cree que soy atractiva? "

Debajo de sus pensamientos, ella sentirá un tirón - **una atracción** por usted- que no puede explicar, y no intentará. Y hace esto sin ser abrasivo o arrogante porque usa el humor para impedir ser demasiado áspero u ofensivo. Invierte el estereotipo masculino y usa el modelo de pensamiento femenino ("*tengo que ser romántica* …", "*Romeo* …") para la diversión, y su desgana de correr tras ella sexualmente la atrae aún más. Se muestra misterioso sobre sus intenciones. Otra vez, le da espacio para que ella avance y desearle. Así ocurre la atracción.

Hay una trampa potencial aquí, y ella podría tumbarle si no la ve venir. A veces una mujer que no es flexible o tolerante reaccionará a su desviación desconectándose completamente de usted cuando rechaza hablar de temas sexuales. En la conversación anterior, después de que Nick hiciera el comentario sobre que es Romeo, luego cambia de tema, Samantha se habría indignado y se habría mostrado un poco distante. Nick, seguro de sí mismo no reaccionaría a esto con el habitual pánico masculino (¡Ah! ¡He hecho que se enfade! Mejor intento besarla ya…") En lugar de eso, habría notado su reacción y habría llegado a la conclusión de que si ella hace esto ahora, es que probablemente sea una mujer inestable o carente de amor propio. Ella tomó sus bromas como una afrenta a su sexualidad, ahora ella querrá minar su actitud. No es que esto sea frecuente, pero pueda pasar, no permita que lo tiren. Sólo siga confiado, pase lo que pase.

## La Gran Prueba - la Duda Pendiente de las mujeres

Hablaré más de test femeninos a los hombres, pero hay uno en especial que tiene que conocer antes de que vayamos más lejos. En algún momento la mujer que persigue actuará como si estuviera aburrida e indiferente. Ella tendrá dudas de sus sentimientos hacia usted, o no le hará caso. A veces es sólo que está de mal humor, tiene la regla, lo que sea, pero esto **le servirá** como un campo de pruebas. Debe estar preparado para que esto suceda con casi todas las mujeres. Esto no se refleja en los sentimientos que ella tiene hacia usted tanto como que esto hará que se pregunte si va a parecerse los demás chicos que ha conocido. Esa es su "Duda Pendiente"

Por ejemplo: Se encuentra con Betty para tomar algo y se cayeron bien. Se muestra sensible a todo lo que dice y parece una mujer estable y flexible. Entonces se encuentra otra vez para una verdadera cita, y es aún más interesante y divertida. Entonces, la próxima vez que se reúnen, ella está más tranquila y distante. De repente no es habladora, y empieza a sentirse un poco incómodo.

Su reacción es lo más importante aquí. Nunca reaccione con cólera, silencio, o ninguna de las respuestas que estará tentado a usar. No deje a su incomodidad hacerle actuar de modo que la hagan pensar que usted busca su aprobación.

Si realmente reacciona negativamente, como ponerse distante o enojado, muestra que:

1) Su humor es controlado por *el humor de ella*. Esto le muestra que está enmadrado/necesitado, y **no la hace sentirse** atraída hacía usted. De hecho, manda al retrete todo la atracción posible.

2) Esto muestra que **ella** puede controlar su estado de ánimo. De nuevo actúa dependiente e inseguro.

3) Se parece a los otros chicos que comienzan siendo agradables, pero se enfadan cuando las cosas se tuercen. Ella tenía razón sobre usted. (Sí, sé que no está en ninguna parte cerca de la realidad, pero ella no necesariamente reconoce su propio comportamiento porque crea la situación. Es su prueba, así que usted verá.)

Debe tener la autodisciplina para seguir actuando chulo y seguro de sí mismo. Siga bromeando con ella (sentido del humor), y si es necesario bromear con otros alrededor para mostrar que su actitud no se ha visto afectada ni un ápice. Si Betty se hace más distante, mantiene la rutina de hombre relajado y feliz. Se hará muy doloroso si no usa esto, confíe en mí. Lo sé. Yo me he llegado a sentar en silencio

como hacen los monjes tibetanos, alucinante. Tiene que ser fuerte y resistir la tentación de dejarse llevar por ella. En la mayor parte de casos, ella entenderá que usted no va a permitirle que nadie zarandee su mundo. Incluso si la cita termina con ella ligeramente distante y fría, la mujer siempre pensará a posteriori que usted es un hombre consecuente y confiado, y que tiene suficiente autodisciplina para *no quedar desconcertado por sus estados de ánimo*.

Sin embargo, si ella se comporta de forma estúpida, al punto de ser casi irrespetuosa, *debe* llamarle la atención. Nunca le deje pensar que ella puede tener esta clase de comportamiento pasivo-agresivo. Dígale lo que observa, tan amablemente como sea posible, pregúntele si hay algo que le molesta en particular, y luego observe si ella se vuelve normal. Si no lo hace, debe tomar una decisión sobre terminar el encuentro. Si no adopta una actitud o no le da un toque de atención, demuestra inseguridad y será castigado por ello.

Puede decir algo como: "Betty, se nota que no estás muy cómoda. ¿Te molesta algo?" Ella dirá algo tipo, "No, no, estoy sólo algo cansada…" Entonces dice, "Bien, no quiero que esto arruine una buena noche. Te llevaré a casa y podemos intentar esto otro día cuando te sientas mejor." Ella puede protestar, y depende de usted si cree que la cita realmente mejorará. Si piensa que puede marchar, dele el beneficio de la duda. Pero si no, debe insistir en terminar la cita. Cuando reconoce su mal comportamiento y se lo hace saber, ella generalmente cambiará su actitud.

Cubriremos este tema y sus respuestas más detalladamente en la sección "Test".

## El Baile de la Atracción

Hay un modelo aquí que tiene que reconocer para entender por qué los reveses ocurren y por qué no deberían preocuparle lo más mínimo. Inspirar la atracción de una mujer es un baile. Se requiere que usted, como hombre, lo inicie. Es un hecho, y muchos otros principios verdaderos sobre los cuales le aconsejé antes.

¿Recuerda aquellos viejos diagramas de baile que le mostraban los contornos de unos zapatos en el suelo y unos números para indicarle a dónde ir? Aquí está su modelo de baile: el baile que quiere conseguir con una mujer siempre es dos pasos hacia delante, un paso hacia atrás. (Usted elige el ritmo, pero le sugiero lento.) Por cada dos avances que hace con ella, deberá pararse y retroceder, dando un espacio para respirar.

### Retroceder

Es asombroso lo que un pequeño espacio para pensar hará en la actitud de una mujer cuando se trata de apreciar y reconocer lo que usted tiene que ofrecer. La mayor parte de los hombres tienen miedo de poner esto a funcionar, basado únicamente en su miedo a que si se echan para atrás o bajan la intensidad de su ofensiva romántica, ella pierda el interés y se olvidará de ellos.

Pero todo esto es verdadero. Echándose atrás y dejando espacio es una estrategia para evitar que ella se sienta sofocada por sus avances, le da espacio para respirar, pensar y comenzar a echarle de menos. Una vez que ha establecido una atracción inicial, y ha sido capaz de mantener un buen nivel de confianza sin perder su misterio y desafío, una mujer querrá averiguar más sobre usted. Muy a menudo, sólo necesita que retroceda y le deje saber que no la va a atropellarla. Esto incrementará su comodidad y confianza hacia usted, así como le habrá demostrado que tiene autodisciplina y seguridad en sí mismo. Sólo los hombres necesitados e inseguros abruman a las mujeres con un aluvión constante de afecto. Muestre su interés *con indirectas*, no golpeándola en la cabeza.

Si ha estado citándose con mujeres un tiempo y encuentra que ha alcanzado unas tablas, donde ella parece resistir a todos los avances adicionales, lo mejor es siempre una retirada estratégica. Dé un paso atrás y aplique su autodisciplina.

## Ligues de Una Noche

Esto nunca ha estado entre mis objetivos, pero sé que hay muchos hombres que buscan un breve jugueteo ocasional que no conduzca a una relación. Son chicos que están interesados en el sexo rápido, por regla general. Por otro lado, también hay *muchas* mujeres que quieren sexo sin compromiso en lugar de una relación. Y amigo, en algún momento de su vida de citas y encuentros, le ocurrirá probablemente lo que yo llamo el reembolso inverso. Esencialmente consiste en estar emocionalmente implicado con una mujer con la cual se acuesta de repente, y para sorpresa suya ella sólo quiso un encuentro sexual ocasional, así que sin previo aviso se deshace de usted.

¡Toma ya! Bueno, nadie dijo que la vida era justa. Pero esto realmente le va a mostrar que no tiene que estar tan preocupado por hacer daño a las mujeres. También ocurre la situación inversa como le he dicho.

Si su objetivo es tener sexo ocasional sin lazos con ninguna chica en particular, entonces va a tener que aumentar su energía - y su psicología. Como le dije, hay muchas mujeres que están interesadas en la misma cosa, pero ellas quieren los mismos elementos primarios que otras mujeres quieren: atracción, confianza y respeto. Sólo que los quieren en cantidades diferentes.

Con el fin de que ella se meta de cabeza en esto rápidamente, tiene que ser muy agresivo con sus bromas y su humor, así como presionar en su escalada mucho más rápidamente. Querrá ir a un lugar privado tan pronto como sea posible. El secreto es aislarla para poder trabajarla uno a uno. Comienza alejándola de sus amigas, llevándola a unos alrededores lejos de toda la gente. Esto tiene que ser hecho en paralelo con la intensificación de su enfoque.

Las candidatas ideales son mujeres con las que tiene una química inmediata. Con sólo hacer “clic" ya es capaz de avanzar mucho más rápido que con otra que le está bloqueando la seducción. Estas mujeres no es que sean "fáciles" para cualquiera, sólo están *listas* para usted. De vez en cuando aparece gente que no podemos negar nuestra atracción a nivel visceral. Ahora, recuerde que estas mujeres están en el lado opuesto del espectro, el que va de “súper fácil” a “súper frígida” Todavía tiene que tener cuidado y la autodisciplina a lo largo del camino.

El manejo de una estancia de una sola noche es completamente libre a sus necesidades. He conocido a muchas personas que comenzaron siendo un romance ocasional. Aunque debiera observar que

es difícil la transición de un breve encuentro sexual a una relación más seria, ya que habrá empezado la casa por el tejado, por decirlo así. Los fundamentos de una relación a largo plazo es mejor crearla en un período más prolongado antes de satisfacer sus lujurias.

El mejor modo de manejar las cosas es procurar no mentir en casi nada durante el proceso de la seducción. ¡No mienta o engañe para meterse en su cama! Toda la información debe ser expuesta de la forma más íntegra, y la utilización de pretextos falsos es deshonroso y sufrirá las consecuencias. No voy a amenazarle con el Karma malo, pero debería saber que cada acción que toma afecta a su vida. Ser 'un jugador' en el mal sentido de la palabra sólo volverá para atormentarlo después.

## Relaciones de Larga Distancia

Sólo puedo recomendarle que evite las relaciones a distancia. Lo que pasa en casi todos los casos es que la distancia física de la chica se convierte en un desafío para *usted*, y por consiguiente, deforma sus sentimientos de atracción hacia ella. La carencia de contacto físico también promueve el autoengaño sobre cuánto de verdad siente que están hechos el uno para el otro. Recurrir a los correos electrónicos y el teléfono sólo sirve para hacer las cosas más complicadas, ya que puede forjar una relación falsa con ella, construida sobre la pretensión de intercambio de información en vez de involucrarse en construir un comportamiento atractivo. Puede caer en la trampa de creer que debería trasladarse donde ella vive, y esto casi siempre es un error.

**La seducción y el romance deben ocurrir en persona.** Evite las distancias, a menos que sea un asunto ocasional donde ninguno de los dos está interesado en que esto vaya adelante. (Incluso entonces, puede ser complicado, tenga cuidado)

## De Corto Plazo

Pienso que una relación de corto plazo son seis meses o menos. Típicamente, si sobrevive los seis primeros meses, hay ya un enlace emocional distinto entre ustedes. Durante el romance a corto plazo, espera llevar a cabo varias cosas:

En primer lugar, todavía está en el modo decisión. Si ve banderas rojas, tiene que resolverlas, aceptarlas o circular. No trate de cambiarla. Podría conseguir algo de éxito a corto plazo, pero a la larga sólo cosechará resentimiento.

En segundo lugar, tiene que limitar su tiempo con ella estratégicamente. Si todavía se citan por causalidad, no debería estar viéndose con más de una mujer por semana. Si comienza a verla con más frecuencia, provocará sus instintos de relación, y esperarán que esto vaya en serio y sea exclusivo. Si esto es su objetivo entonces vaya a por ello. Sin embargo, si esto no es su objetivo, deje **muy claro** con ella que usted no espera que vayan en serio. S*u* falta de disponibilidad la inducirá finalmente a estar más interesada en usted y querrá la exclusividad.

Las mujeres quieren relaciones monógamas por naturaleza. Ellas no quieren estar siempre de citas, y cuando lo hacen es sólo después de una ruptura o cuando tratan con otras cuestiones de su vida. Así que entienda que su capacidad para mantener las cosas “casuales” con cualquier mujer en particular

dependerá primero de su disposición (está buscando algo más que algo ocasional), y luego la frecuencia con la cual la ve. Si se ven una o dos veces al mes más o menos, mantendrá probablemente a la bestia de la monogamia a raya.

Manteniendo su tiempo con ella limitado, desarrollará más potencial de respuesta por parte de ella. Su disponibilidad estará en proporción *inversa* a su deseo. Cuanto menos lo vea, **más** querrá estar con usted.

Mueva primero ficha en cada paso del juego. No tiene que intentarlo en cada experiencia que tengan, pero debe hacer cada movimiento con una intención para construir la atracción entre ustedes. Al final de la primera cita, debe buscar un beso. Al final de la segunda, puede intentar besos más prolongados y tocarla más íntimamente. Desde ahí, progresar en más de lo mismo, incluso un poco de toque aún más erótico y quitar algo de ropa. Finalmente, se pondrá al punto de acostarse con ella. Los pasos son como sigue:

1. Primer encuentro - decide atracción/interés.
2. Segunda cita, beso.
3. Tercer encuentro, besos largos, más comportamiento seductor, toques ligeros.
4. Cuarto encuentro, más besos, toque más erótico, posiblemente quitando algo de ropa.
5. Tocamientos fuertes, que se mueven hacia el sexo. Trasládese al dormitorio.

A lo largo de esta progresión, debe bailar los pasos que le dije; dos avanzando, uno en retroceso. De esta forma construirá su atracción, sin ser demasiado agresivo. Ahora bien, los pasos hacia adelante siempre deben estar en proporción a la atracción entre ustedes. Si está con una mujer cautelosa y lenta, sus pasos serán cortos y lentos. Si ella está mucho más abierta y complaciente, sus pasos serán más largos y valientes. Todo lo que haga, debe guardar una progresión de sus intereses románticos. Otra trampa potencial es cuando un hombre comienza una cita con una mujer y deja de apretar el acelerador por miedo de crear incomodidad en la chica. Deja las bromas y comienza a ponerse serio. Al poco tiempo las cosas se reducen rápidamente a una amistad en vez de un romance. ¡Siga avanzando!

Otra opción es usar lo que llamo encuentros “Tweener” para mantener las cosas en movimiento. Algunas mujeres tienen horarios muy ocupados, y a menudo tienen dificultades incluso para trabajar en lo suyo. Con frecuencia tendrá que recurrir a pequeñas reuniones de vez en cuando. Esto podría incluir más citas de café o un almuerzo en un parque. Una vez más, sea agresivo en su objetivo. Incluso las citas cortas pueden mantenerle en movimiento de avance. Siga buscando los besos e intentando subir la atracción física donde se pueda.

Durante los sesenta primeros días de una relación, debería mantener las cosas ligeras y divertidas. No vaya fuerte. Guarde sus elogios al mínimo, no dé ningún regalo extravagante o caro, no hable de sus sentimientos, y por favor, **por favor**, nada de poesía romántica. Porque cuando confirma lo que siente por ella, la mujer no tiene ningún espacio para fantasear y construir su encaprichamiento romántico hacia usted.

También, y muy al principio, mantenga sus tocamientos al mínimo. Que venga a usted. Si muestra demasiado afecto físico muy pronto, ella comenzará a sentirse sofocada. ¿Alguna vez ha tenido a una mujer pegada como un velcro? ¿Recuerda cómo le hizo querer deshacerse de ella? Esto funciona igual para ella. Cuanto menos la toca, más querrá ella tocarle. Cuando lo haga, resultará más atractivo y satisfactorio.

También guarde sus comentarios sobre sexo al mínimo. Demasiado a menudo los chicos tratan sobre sexo como si esto fuera lo único que una mujer esperaba oír para ponerse caliente y saltar sobre él. Ella no responderá a su deseo por ella con más deseo *hacia usted*. Sin embargo, ella responderá a su ausencia *de* deseo *obvio* con **duda**, y esto la motivará para averiguar si usted está interesado. Si ella bromea sobre sexo, tiene que hacer un rol inverso - humorísticamente. Haga la inversión de papeles sexuales. Ella se sentirá desafiada.

Si se acerca demasiado fuerte ella pensará:

Genial, otro tío que me adora y quiere follarme. Al igual que ese último. Esto no es desafiante en absoluto. Bueno, al menos voy a conseguir la cena fuera de casa. Ey!, ¿qué debo hacer si quiere darme un beso?

Si se acerca misteriosamente ella pensará:

Hmmm. Es agradable, pero es tan difícil de entender. Me pregunto ¿qué estará pensando? Me pregunto ¿qué piensa de mí? ¿Se sentirá atraído por mí? ¿le gustará mi cuerpo?... Me pregunto si besará bien ... Me pregunto ...

Lo que *no le diga* en palabras o acciones obvias ella no lo sabrá. Lo que no sepa se traducirá en una necesidad de saber *más*. A la inversa, lo que ella sabe se traduce en no tener que hacer algo o preguntarse sobre algo. ¿Tiene sentido?

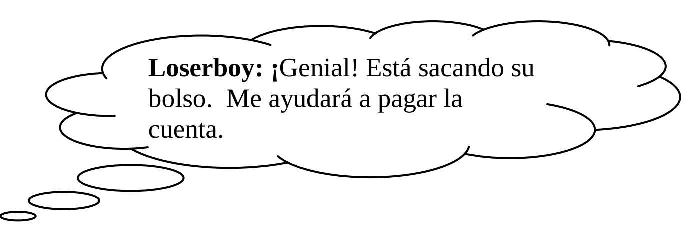
## Evite el Prematuro "Te amo"

Existe una tentación de juntar estas dos palabras demasiado temprano. También he sido culpable de ello. Algo que aprendí desde el principio fue que cuanto más espere a decir esto, mejor le irá. No entraré en discusiones esotéricas de lo que el amor es o cuando pasa, pero baste decir que por lo general no pasa mucho tiempo. No hay ningún "amor a primera vista," sólo **deseo** a primera vista que realmente se convierte en algo a largo plazo.

Un hombre que dice esto demasiado pronto no es ningún desafío, y lleva su corazón expuesto a ser herido. Evite decirlo durante el sexo, cuando esto tiende a ser dicho demasiado fácilmente. No prometa su amor diciéndolo o escribiéndolo al menos durante **tres meses**. Me atrevo a decir que debería esperar más tiempo a ser posible. Y nunca lo diga si no lo siente realmente.

Recuerde el refrán: como siente es mucho menos eficaz a cómo lo **muestra**. Una mujer responde más *a demostraciones* de afecto que a *palabras*.

## Pagar la Cuenta




Ooh, puedo ya oírle gemir de dolor. ¿Cómo maneja la cuenta cuando viene? Bien, supondré que usted tomara mi consejo y no continúe citas tradicionales por lo menos hasta después de la tercera o cuarta reunión como mínimo. Cuando comienza a comportarse como un "citador" va a retroceder en aquel modelo tradicional de noviazgo. Pero si insiste en invitarla a comer, que es una necesidad en algún momento, querrá saber cómo manejarse.

Aquí está corto y simple: Toma la cuenta y se comporta como si fuera a pagarla. No la deje allí en medio de la mesa como una cagada que nadie quiere admitir que existe. Sea resuelto y tome la cuenta. Si ella no dice nada, es que asume el papel de "mujer tradicional en una cita", y no hay nada incorrecto con esto. Si ella ofrece pagarlo, se lo agradece y dice que usted puede hacerse cargo. Si ella insiste en pagar su parte, entonces le está diciendo una de estas dos cosas: Ella no quiere ninguna obligación con usted o podría ser madura y moderna, y quiere que sepa que es capaz de pagar sus cosas. Todavía debería insistir en pagar.

Si ella no se ofrece a ayudar en la primera cita, espere hasta la tercera cita para ver si ella contribuye. Ella debería ofrecerse en este momento. Si parece que ella espera que usted lo pague todo, esto es una actitud que debe hablar. Podría ser un signo de que ella es una buscadora de oro.

Mi consejo general es evitar las comidas si puede (sobre todo al principio) *y cocinar su comida usted mismo*. Esto tiene mucho más romanticismo, y le mueve en su escalada mucho más rápido.

A medida que avance, debería aumentar sus expectativas sobre ella, y al mismo tiempo trabajar para evitar que ella tome el control con sus test basura. Sus test (más detalle más adelante) son momentos en los que ella le empujará contra los límites ha establecido, ya sea por mala conducta o por desafío flagrante, usted debe demostrar una confianza resuelta.

Comience no reaccionando emocionalmente. Esa es una mala respuesta inmediata. Después, indica lo que le ve y da una oportunidad de salvar la cara y pedir perdón. Si ella pretende no notar o entender, debe confiar en su percepción de la Verdad y sostenerla como su estándar de comportamiento. Comuníquele que esto es inaceptable, y que no va a pasarlo una segunda vez. Entonces siga cortés a otro tema para darle una posibilidad de demostrar su actitud. Si ella sigue con el mal comportamiento porque la llamó la atención, entonces debe vigilar esto como una bandera roja.

Algunos ejemplos de test:

- Llega tarde, no está preparada.
- Comentarios inapropiados y observaciones que tienen una intención de cuestionarle, como un insulto velado que no es naturalmente bueno.
- Cambios de planes y esperando para atender a sus propios caprichos.

Su primer temor será el posible rechazo de la mujer por hacerla enojar. En realidad me gusta enfadar a las mujeres para ver cómo reaccionan conmigo. La ira es pasión, y sin pasión sólo eres una erección caminando con una fuerte colonia. Recuerda que lo contrario del amor no es el odio, sino la indiferencia.

## Conocer a los Padres

Tommy Lee dijo que él era la mejor autobiografía de  Motley Crue. Dijo que si él pudiera volver y corregir una cosa sobre sus relaciones pasadas, estaría seguro que sería conocer a las madres de sus novias tan pronto como humanamente fuera posible.

Tengo que repetir este sentimiento. Cada mujer con la que me he citado alguna vez ha tenido cuestiones con sus padres que se tradujeron directamente en su personalidad. Algunos funcionaron y otros no. Otras tenían problemas con la madre y otras con el padre. Saber lo que tiene por delante es imperativo. Conozca a sus padres tan pronto como pueda.

## Estrategias a Largo plazo - Matrimonio y el Final Amargo

Las relaciones a largo plazo son típicamente de seis meses o más. Ya ha pasado por muchas etapas. Sabe, con sólo mirarla de qué humor está. Realmente, si su objetivo es una relación, debería evitar esa clase de contacto obsesivo. Esto se parece a un fuego comenzado con gasolina: arderá, pero rápido. Si su objetivo no necesariamente es ir hacia un romance de larga duración, entonces puede disfrutar de esta etapa tan caliente. Si quiere progresar en algo más duradero, sin embargo, tendrá que adoptar un enfoque diferente.

Las banderas rojas ya se han disipado o han sido resueltas. Lo que tiene que mirar por el momento son las banderas amarillas que se convertirán finalmente en rojas si no tiene cuidado. Tengo que suponer que ha filtrado a la mujer a través de su lista de debe-tener y sería agradable que tuviera, y que es una candidata seria.

Las banderas amarillas estaban allí antes, pero no miró con detenimiento este amarillo porque tenía mucho deseo sexual. La novedad de la relación le cegaba, y ahora la Verdad viene para darle una palmada. Recuerde: su nivel de interés en una mujer bajará mucho más cuando ella ya no represente un desafío. Aquí la comodidad y la familiaridad a menudo nos mantienen en una situación que tiene que ser cambiada, pero carecemos de la inercia y la seguridad en nosotros mismos para hacer el cambio.

Su objetivo para esta etapa es mantenerse vigilante en los límites que ha puesto en el pasado. Observe con cuidado sus pruebas, pero también tendrá que compensarla con más pasión y nutriendo más la relación de lo que hacía al principio. Su plan de juego esencial para que las cosas duren es no aburrirse. Es fácil meterse en el modo de comodidad, pero esto es un surco que se convertirá finalmente en una tumba. Tiene que tomar las energías que habría estado gastando en la búsqueda y conquista de otra mujer en el cuidado de esta relación. No, no es fácil, pero esto tiene son propias recompensas.

## Consejos para ahorrar dinero

He aquí un consejo que sólo puede usar una vez por chica, pero es su comodín para compensarla tras una discusión. No debe ser usado como un beso o un regalo para "compran sus afectos", sólo como una venda sobre un error potencialmente malo de su parte.

Lo que hace es comprarle algo pequeño, razonablemente barato y agradable, como una pulsera de plata. Lo envuelve y lo guarda. Cuando se pelean o discuten, y siente que podría usar este estímulo para mantenerse juntos - o tal vez tener buen sexo - saca el comodín. Le dice, “Mirada, pensaba darte esto la semana que viene, pero este parece el momento oportuno.” Puedo garantizarle que derretirá su corazón en ese momento.

¡Recuerde, esto es un comodín, y no puede ser repetido! No quiere a una mujer a su lado que está acostumbrada a que le compren regalos. Sólo debería ser usado cuando ha asegurado el éxito y quiere remediar un error de **usted**. Nunca dé sus regalos o recompénsela cuando sea **ella** la que ha cometido el error.

Si quiere que dure su relación dure largo tiempo, tendrá que comenzar a conocer los requisitos de las relaciones. Considere esto como las vitaminas que tendrá que dar a la relación para mantener las cosas sanas.

**Romance**: Ella necesita una cierta cantidad de sano afecto y atención para sobrevivir con usted. Tendrá que mantener mucho del comportamiento de cortejo que empezó con ella. Cosas como cogerla de la mano, acariciarle la espalda - esto incluye un cierto (pequeño) número de “Te Quiero”. No sea un Buen Chico y piense que cuanto más le dice que la ama, mejor le irá con ella. Estas son sólo palabras, y no demuestran nada. No se lo diga sólo; muéstreselo.

**Restricción**: No cometa errores y nunca será capaz de satisfacer todas las necesidades de una mujer. No se puede hacer. De vez en cuando tendrá que entrar en conflicto con su pareja. Para una mujer, no existe la relación perfecta. Siempre hay algo que tiene que arreglar. Si ella es feliz completamente, usted perderá.

Las discusiones son la tensión dinámica en las relaciones. Son el equivalente de mantener una cantidad deliberada de tensión en una cuerda. Piense en esta cuerda como atada entre Romance y Restricción. No sabrá donde están los límites de la relación hasta que tire de ella de vez en cuando.

La restricción también significa que lucha contra el exceso de familiaridad. Sabe el refrán: la Familiaridad engendra desprecio. Bien, yo pondría esto en mi corazón si fuera usted. Demasiado de algo es cosa mala, y sobre todo cuando procede de **usted**. Si quiere durar, debe permanecer en un desafío constante hasta el final de sus días.

Probablemente se preguntará *¿y yo*? ¿Qué vitaminas tomo para hacer estas cosas?

Estar **alerta**. Consciente. Vigilante. Atento. No se haga perezoso y deje de mirar su inversión, porque cuando su rendimiento baje, significará que ha empezado a dar cosas por supuestas.

## Le ha engañado

Puedo decirle la cura perfecta para los engaños: Si mantiene el nivel de atracción de la mujer alto, practicando los métodos que predico, **ella no le engañará**. Las mujeres que mienten a los hombres, lo hacen tan sólo por uno de estos dos motivos:

1. Ya se ha terminado la relación, y él no lo sabía (lo que significa que se convirtió en un Buen Chico: inseguro, suplicante y debilucho - a lo largo del camino),
***O***

2. Ella tiene un defecto de carácter severo (promiscuidad, amor propio bajo, etc.) del que tiene que huir.

Si es engañado alguna vez, **nunca** vuelva a la relación. El daño ya está hecho y sólo conseguirá meter su alma en una espiral de miedo y celos. Póngase en circulación y encuentre a otra mujer con la cual pueda comenzar de cero. Hay aproximadamente 2.5 mil millones de mujeres ahí.

**Nada de Segundas Oportunidades**. Punto

## La Relación de Largo plazo

Una buena parte de los hombres que leen este libro querrán una relación a largo plazo, mientras muchos otros sólo querrán los encuentros ocasionales. Su entorno y creencias desempeñarán un papel grande en sus decisiones y objetivos con las mujeres. Compartiré mi propia filosofía personal con respecto a las relaciones a largo plazo, y usted puede seguir esto a la luz de sus propias creencias.

Decidí a una edad temprana que no quería casarme antes de que tuviera 30 años. (Que me pareció una edad respetable entonces, y todavía me siento así ahora que soy más viejo.) Sabía en mi corazón que no tenía suficiente experiencia del mundo para unirme a otra persona para *el resto de mi vida*. Entonces resistí y ahora estoy contento por lo que hice, porque puedo garantizarle casi seguro que habría tenido un divorcio miserable tarde o temprano y que un niño podría haber quedado en medio de todo esto. Aquellos riesgos siempre estarán ahí, hasta que decidí esperar el momento que ya era *demasiado probable*.

Los errores más comunes en las relaciones largas y matrimonios:

- Confundir lujuria por amor.
- Poco dispuesto a crecer y a cambiar, o crecer separado que juntos.
- Deseo de una familia y niños (sin entender los sacrificios y esfuerzos).
- Tener necesidades malsanas alimentadas en una relación.
- Expectativas sociales frente al propio juicio.
- Deseo de una compañera sexual de largo plazo.
- Miedo de citarse y tomar parte en la búsqueda del otro (también conocido como La Solución o "más vale lo malo conocido que lo bueno por conocer")

La lista crece sin cesar. El factor subyacente inevitablemente es entender y experimentar. La mayor parte de personas no saben lo suficiente sobre ellos mismos cuando son jóvenes para tomar la clase

de decisiones y opciones que un compromiso a largo plazo requiere. No hay ninguna prisa. Siempre habrá un fondo importante de candidatas para elegir, en cualquier edad. No deje que el miedo de ser " excluido" o "dejar pasar” le persuadan de tomar una decisión precipitada. Las mujeres tienen un límite de tiempo en su imperativo biológico (tener niños) nosotros no.

Las mujeres querrán una relación monógama, comprometida tan pronto como hayan decidido que es una opción casadera. Ella querrá guardarlo bajo llave e impedirle que se cite con otras, entonces debe ser claro y cuidadoso en sus intenciones. Si no tiene ninguna intención de casarse, dígaselo. Si no tiene ninguna intención de estar con una sola mujer, dígaselo. También dígaselo con sus *acciones*. Si corteja a una mujer intensamente, y pasa mucho tiempo con ella, la mujer querrá tener la exclusividad. Es un mecanismo de protección absolutamente comprensible. Usted también querría a una mujer que fuera seria y clara en sus intenciones.

Mi recomendación es que se ponga cómodo en su propia piel (desarrolle las Tres S), consiga suficientes experiencias bajo su cinturón para tomar las mejores decisiones, y luego decida qué mujer quiere en su vida, **y luego** estará listo (posiblemente) para una relación de largo plazo. Hasta entonces, es simplemente un buscador  principiante.

Recuerde: no tiene que tener comprometerse en una relación para disfrutar de la compañía de una mujer.

## Yendo en Exclusiva

En algún momento sentirá la tentación en tomar a una mujer y despedirse del mercado. Querrá ir en exclusiva, sólo quedará con su pareja y nadie más. Hay sólo dos motivos por los que un hombre (o una mujer) quieran hacer esto:

- Tiene mucha atracción e interés hacía ella, además cumple sus exigencias como mujer.

- No quiere a otros tipos rondando a su chica y que se le escape (ver la siguiente sección)

Si alcanza este punto y decide que realmente quiere a una mujer en exclusivamente (y otra vez declaro que esto sólo debería pasar si su objetivo es una relación a largo plazo y claramente entiende lo que busca) *no debe pedírselo usted*. Si realmente la quiere sólo para sí, entonces debe venir de ella la idea. Las mujeres más jóvenes quieren citarse con muchos chicos, en general, y las mujeres más mayores (28 +) tendrán ya una idea de lo que buscan. No importa la edad, **todas** las mujeres querrán sentir que la idea de ir en exclusiva es suya. Si no se lo ha preguntado, es que todavía tiene dudas o la relación que tienen debe ser aclarada antes de buscar la exclusividad.

Si realmente le pregunta, corre el riesgo de apresurar la cosas así como parecer necesitado. También le quitará todo el misterio al asunto, exponiendo claramente lo que piensa. Y por consiguiente, siempre se preguntará cual es el nivel de interés real en usted.

**No se haga exclusivo con una mujer sólo porque no quiere verla con otras personas.** Sus celos o inseguridades no deberían ser un factor ya que su decisión significará que sólo puede citarse con ella también. Otra vez, esto es un caso de asegurar en lugar de mantener sus opciones abiertas.

Déjele a ella pedirle primero que vayan en exclusivo. Una mujer muy interesada y atraída no querrá dejar pasar un buen partido, entonces le pedirá finalmente la exclusividad. Si no lo hace, es que aún no está interesada.

## Programa de Mantenimiento para Relaciones.

Para mantener una relación de largo plazo, tiene que ocuparse de esta, del mismo modo que mantiene una planta sana o un coche listo y sin problemas. Me suscribo a la teoría HMO de la vida, y es que si toma pequeñas medidas de mantenimiento a lo largo del camino, puede evitar problemas más graves en el futuro.

Seré muy claro en un punto: ***las Relaciones tienen trabajo***. Requiere madurez y fortaleza entre dos personas para hacerlo durar y ser agradable. La mayor parte de hombres y mujeres tratan el matrimonio como una especie de gloria suprema - una vez que se pasan el anillo se relajan dejan de poner cualquier esfuerzo. Todo está bajo llave.
Nada más alejado de la verdad.

Aquí están algunas cosas que tendrá que mantener con el tiempo si quiere mantener su relación fresca y duradera:

- **Nunca baje la guardia**
  o Lamento ser el portador de estas noticias, pero muchos hombres usan estrategias eficaces, mejoran su carácter por el uso de las Tres S, y tan pronto como consiguen a una novia, se convierten en completos debiluchos. Hasta el final de sus días con una mujer, debe sostener los principios de las Tres S - *Seguridad en sí mismo, Autodisciplina y Sentido del humor*. Éstos no son señuelos opcionales que usa sólo para conseguir que una mujer duerma con usted o quiera ser su novia o esposa. No son asignaturas optativas que puede usar cuando siente que las necesita. Son cualidades duraderas en el carácter de un hombre. Tendrá que ser un desafío para la mujer *el resto de sus días*, o ella perderá gradualmente el interés. Lo ve todo el tiempo en matrimonios donde la pareja se hace perezosa y siente que pueden ser ahora "ellos mismos" Lo que realmente significa es que dejan a la relación hacerse su cojín para su amor propio. Dejan de ser dos personas independientes, confiadas y se hacen una unidad indistinguible. Hay una diferencia entre crecer juntos y mezclados. Sé que hay consejeros matrimoniales que le dicen que usted puede aspira a una combinación de sus seres espirituales, y que así se hará la Luz Blanca todopoderosa del Amor. Francamente, es un objetivo agradable, pero no es realista para el 95 % de nosotros que sólo trata que nuestra relación funcione. El único modo de conseguir, tanto usted como la mujer, una vida feliz es desarrollar su entendimiento de la dinámica entre hombres y mujeres, y mantener su carácter fuerte. Cuando todo está dicho y hecho, esta información lo es todo.

- **Luche contra la Familiaridad**
  o Hay un refrán que dice que la familiaridad engendra desprecio. (Esto probablemente lo dijo una mujer en el tribunal de divorcios.) Es realmente muy verdadero, porque cuanto más familiares nos hacemos más cosas damos por supuesta, y a la larga nos empezamos a tratar con desconsideración. No es que seamos intrínsecamente malos, pero hay partes de la naturaleza humana que no siempre podemos controlar. Siempre tendrá que impedirle hacerse demasiado familiar con usted. Cuanto más sepa ella, menos misterio habrá. Para responder a esto, siempre debe tener intereses y aficiones que se extiendan más allá de la relación. Tiene

que mantener una existencia más allá de la mujer con la que se cita, y añade más a su propio crecimiento si ella tiene muchas cosas por descubrir.

- **Mantenerse Sexy**

No se permita ganar 20Kg después de conseguir a alguien con la que piensa que puede quedarse. ¿Ha observado que las mujeres que logran mantenerse sexis incluso después de que ellas se casan están con hombres que también se mantienen en forma y bien cuidados? ¡No se haga perezoso! Permanencia activa. El mejor modo de mantener a su mujer que parece buena es dar ejemplo. No tendrá que molestarla para quedarse bien si usted es un ejemplo; ella *querrá* mantenerse al nivel de usted.

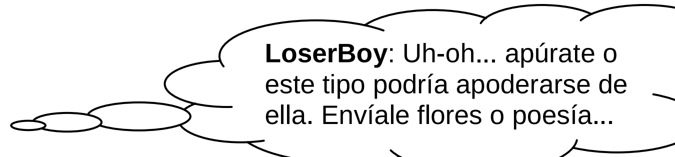
- **Mantenerla contenta - apenas**

o Necesita vigilar y entender el mantenimiento que su mujer requiere en la relación. Si pasa demasiado, ella empezará a ponerse nerviosa e irritable, probablemente quejándose de la atención que no consigue. Algunas mujeres pueden pasar unas semanas o un mes, otras sólo unos días. Reloj para este ciclo y su nivel de cumplimiento. Recuerde: Nadie cumple el 100 % del tiempo. Es la naturaleza humana buscar modos de mejorar y ampliar sus horizontes, es lo que lleva a nuestra especie a lograr y evolucionar. Reconozca ahora que alguien con el cual se reúne o permanece durante un período de tiempo largo se convertirá en insatisfecho. Incluso si cumple todo el tiempo se hace aburrido e inquietante. **El descontento es necesario**. Su trabajo es supervisar su nivel del descontento, y emparejarlo con un nivel apropiado de refuerzo positivo y esfuerzo. (Nota: Este nivel del esfuerzo es su modo más eficaz de determinar el nivel de mantenimiento de la mujer. Mucho esfuerzo = mantenimiento Alto.)

- **Dele refuerzo irregular**

o Un principio del comportamiento humano (y animal) es que respondemos más favorablemente al refuerzo irregular de nuestros deseos. Saber que conseguirá un beso cuando ve a una mujer, no motiva tanto como no saber cuándo lo va a conseguir. (Este es probablemente uno de los motivos que tanto engancha a los hombres cuando sus mujeres no les dan el sexo con regularidad. Si nunca sabe cuándo va a ocurrir, siempre tendrá un buen comportamiento.) Los animales que son entrenados para actuaciones circenses reciben placer de vez en cuando, hasta que el hábito ha sido establecido. Este modelo de la incertidumbre induce a un comportamiento más consecuente. Ahora, antes de que despierte en armas sobre lo que digo, déjeme decir que no propongo que entrene a una mujer como un perro. Pero el principio es la base de esta realidad psicológica. Puede ser escéptico, no importa que su Gran Cerebro diga que esto no es verdad. El refuerzo irregular es *una inconsistencia necesaria*.

## El Robo




El miedo de que alguien venga y le robe su pieza es otra trampa en la que es fácil caer. Procede de la inseguridad, simple y llanamente. No queremos arriesgarnos a que venga alguien y nos canjeen por un modelo mejor. Este es un motivo imperativo para que use las estrategias que propone este libro para mantener la confianza de una mujer y la atracción suficientemente alta. Verá, nadie puede estar interesado en dos personas con el mismo grado. Siempre hay uno que deseamos ligeramente más. Una mujer siempre querrá al hombre que no la sofoca y demuestra un nivel más alto de las Tres S. Una vez que ella comienza a sentir el hormigueo del deseo, ella sólo tendrá anteojeras para él. ¿Ha tratado alguna vez de razonar con una mujer que estaba encaprichada de alguien? Ninguna cantidad de lógica la sacará de él, aun si él es un Ángel del Infierno.

Tenga presente que si otro hombre realmente viniera para aumentar la atracción de ella, él no tendría la información y tácticas disponible que *usted* tiene. Si él salta en su juego, continúe como si no le pusiera nervioso lo más mínimo, y tendrá éxito en la demostración **de más** seguridad en sí mismo, **más** autodisciplina, y ella se sentirá aún ***más*** atraída por usted. Mientras él la persigue con rosas y poemas, ella se preguntará por qué usted es tan distante y relajado. El Misterio la habrá entusiasmado.

A veces, la competencia mueve a la chica, y ella puede ir demasiado lejos. No debe hacerle caso. Tenga la seguridad que él se acercará demasiado rápido o demasiado pronto y cometerá todos los errores que le he comentado antes. Esto no durará si lo trata como insignificante, y ella estará de vuelta con pasión cuando se haya terminado. El error que la mayor parte de los hombres cometen es tomar demasiado en serio a sus competidores, y terminan presionando aún más a la mujer a sus brazos con obsesión celosa. Al final, se convierten en una ruina lamentable. (Otra razón para no enamorarse primero. Cae en la clemencia de la mujer si lo hace.)

**Cuanta más atracción sienta por usted, menos atracción sentirá por otros hombres.** Ella sólo tiene una cierta cantidad de “búsqueda" en su sistema, y sólo puede perseguir a un hombre a la vez, consciente o inconscientemente. No puede descartarle si ella le persigue. Siga actuando sobre sus motivos, no sobre la reacción de la chica.

Relájese, respire, y siga citándose con otras mujeres.

# Moverse

Recuerde, cada relación termina de una de estas dos formas: desintegración o matrimonio. Piense en ello: estará en una relación que se termina **o usted** se terminará durante la relación. El Final es cuando necesita cortar los lazos con esta mujer (o mujeres) y moverse a tierras de caza más fértiles. A veces esto es más fácil decirlo que hacerlo; a veces es más fácil de hacer de lo que nos gustaría decir. Independientemente de la situación, tiene que tener la fuerza y la resolución para demostrar su independencia. No voy a pretender ser capaz de decirle cuando terminarla. Esto es un área gris para las relaciones de todo el mundo. Una verdad que he descubierto sobre las relaciones, es que aprenderá más sobre usted en una relación que en casi cualquier otra situación. Esto sacará lo mejor y lo peor de usted, y

muy a menudo terminamos no debido a nuestra infelicidad o la otra persona, sino porque estamos demasiado incómodos con nosotros mismos y las cosas que debemos afrontar sobre nosotros para hacerlo funcionar.

Por último, debe saber cuál es su punto de ruptura y no dejar a su amor propio mantenerle en una situación que podría ser dolorosa - y posiblemente con dañinas consecuencias. El abuso emocional y físico es blanco y negro para mí, no toleraré absolutamente nada. Todo lo que una mujer es o hace debería ser comparado con su lista de exigencias, y tendrá que ver si los resultados merecen el trabajo.

En la película “The Mexican” con Brad Pitt y Julia Roberts, la pregunta es “Si dos personas se aman el uno al otro, pero parece que no lo pueden conseguir juntos, ¿cuándo se llega a ese punto de bastante es suficiente? Y la respuesta es "Nunca". No pienso que esto sea verdad necesariamente. Tiene que saber dónde cortar sus pérdidas.

Una cosa que debería tener presente es que **siempre es** mejor ser el que rompe que el que es descartado. La mayor parte de las personas encuentran muy difícil romper con alguien, por lo general por miedo a la pérdida. Suponen que esta es la única persona disponible, y el dolor de volver al mundo de los solteros cuenta demasiado. Es como su niño interior que teme el abandono y es totalmente irracional.

Hay un progreso de desintegración que por lo general ocurre cerca del final. Esta progresión por lo general es algo como esto:

- El hombre deja de ser un Hombre Dinámico (demostrando las Tres S) porque se imagina que ya está todo el trabajo hecho.

- La mujer pierde el interés y la atracción hacia él, gradualmente. Él piensa que ella se ha acomodado a su relación, pero realmente se aburre.

- Ellos a menudo discuten (por lo general sobre sexo y como él no consigue nada), y ella comienza a distanciarse de él. Él piensa que el modo de recuperar las cosas es ocultando micrófonos por la casa, en lugar de ser el hombre al cual ella fue atraída al principio.

- Finalmente, no se pueden aguantar más tiempo y rompen porque ella “quiere ver a otra gente” o “no piensa que ellos sean el uno para el otro.”

- En una semana ella sale con otro hombre porque tenía un “cojín emocional” esperándola hace varias semanas. El hombre se sienta en casa y grita a su cerveza.

Simplifico demasiado aquí, pero el punto todavía es válido. Si quiere mantener las cosas, tendrá que invertir algún esfuerzo. Si quiere seguir adelante, puede romper con ella o tomar parte en todo el comportamiento débil que sabe que la apagará y la obligará a desvanecerse.

No rompa sólo porque se pregunta sobre la hierba más verde - por lo general no es, y tiene que ser segada también. Hágalo porque sabe que no va a alcanzar sus objetivos de esta manera. Es tiempo de refrescar su memoria y preguntarse por qué está en este juego en primer lugar.

Aquí están algunos indicios que debería considerar para romper:

- La atracción de por usted es baja. Probablemente debido a que ella no se siente atraída porque dejó de cultivarla y desafiarla.

- Ella ha perdido claramente el interés por el sexo. Su vida sexual no es lo que desea.
- No es feliz cuando está con ella, o encuentra que es más feliz sin ella.
- Ella ha cambiado de modo que no encaja con su personalidad.
- Pasa de mantenimiento bajo a mantenimiento alto.
- El respeto se ha perdido - el suyo para ella o el de ella para usted.
- Ella intenta tomar el control de su vida.
- Ella desarrolla problemas emocionales.
- Le engaña con otro.
- Usted la engaña con otra.

## El Final

¿Cómo hago esto? Sólo le diré que una buena separación es limpia, rápida y se queda rota. Nada de llamadas “a ver si esto va a funcionar.” No deja una nota o huye el país. Afronte lo que debe hacer y luego lo hace.

Aquí está una lista bastante cuidadosa:

- Cuando decide que va a romper, hágalo. No se eche para atrás en su decisión, porque será tentado a “intentarlo otra vez” o cualquier número de situaciones atractivas. Si lo intenta otra vez y falla, y trata de romper otra vez, sus posibilidades de hacer las cosas de verdadero se verán disminuidas.

- Se encuentra con ella en una posición neutra, dice sus sentimientos tan claramente como puede, sin la culpa, y luego declara claramente que “no quiere que sigan viéndose el uno al otro.” Ella podría luchar contra ello, sobre todo si no ha tenido posibilidad de buscar su reemplazo y podría causar una escena. Dele con sus armas y sea cortés. No se quede allí con ella más de una hora. Si espera demasiado, sólo hará las cosas más difíciles.

- Si viven juntos, uno de ustedes debe mudarse. Si no es económicamente práctico para uno de ustedes, puede ser muy difícil, sobre todo si es ella quién lo inició. Abandone tan pronto como sea práctico.

- Sugiero antes de que haga la ruptura reclamar sus posesiones tan encubiertamente como sea posible. Cambie cualquier cerradura o contraseñas que puedan compartir.

- Planee alejarse de ella mientras sea necesario. Puede haber mala leche durante algún tiempo, y tiene que dejar las cosas calmarse un rato. No trate de mantener una amistad hasta que ella parezca lista para aceptar esto - y la mayor parte de mujeres que ha citado no hará amigos una vez que han roto.
- Trate de no hacer sexo de rehabilitación con ella. (Dios le dio una mano, úsela) Es fácil dejar que una situación de lujuria vuelva a una relación otra vez. Los enredos emocionales son demasiado profundos, no trate de volver al pozo.

**Comience otra vez - Rejuvenecimiento**

La parte del proceso que muchas personas pasan por alto es recargar la baterías y rejuvenecer. Es una necesidad absoluta para mantener su actitud sana y no resbalar en la trampa más grande – **volver a caer**. Si la última mujer con la que estuvo sólo fue un romance ocasional, efímero, entonces puede tomarse un tiempo razonablemente corto, pero si fuera una relación de largo plazo debe dejar pasar un tiempo antes de que salte de nuevo al juego. Pero yo diría que la mejor medida es la que dicte su corazón. Si se siente solo y todavía la echa de menos, aún no está completamente listo. Si siente el temor de empezar a salir de nuevo, entonces todavía no está preparado.

Lo que debe sentir es un cierto cosquilleo - una emoción leve - de volver a la arena y luchar otra vez. Es como si una parte de usted *sabe que* habrá dolor y un poco de rechazo, pero tiene hambre para ir y hacerlo *de todos modos*. Se parece al sentimiento que tiene cuando se ha ido de vacaciones durante un tiempo y está luego deseando de volver a trabajar.

Tómese un tiempo para recuperarse y cuidar de sí mismo. Vaya a ver un montón de irreflexivas películas de acción. Haga snowboard. Vaya al gimnasio con fuerza durante unas semanas. Haga lo que tiene que hacer para recargar sus baterías. Los deportistas de alta competición hacen una pausa en el entrenamiento para revivificar y recargar, usted también.

Tenga presente una cosa: una mujer que conoce sus necesidades, es *una buena cualidad* para ser casadera, la relación será de mutuo apoyo y vigorizante - en resumen una mujer que es ***la única***, va a ser *muy rara*. No le engañaré, si ha hecho su trabajo y ha identificado la clase de mujer que le mantendrá feliz para el resto de su vida y merece el trabajo y el esfuerzo de quedarse con ella, le tomará mucho tiempo conocerla de verdad. Muchas mujeres son raras, emocionalmente apagadas o simplemente chifladas. Otra parte son sólo una cuestión de tiempo, y otros partidos a menudo serán frustrantes porque serán convenientes pero en el lugar y/o en el momento equivocado. Hay muchas habitaciones en el Hotel de los Corazones-Rotos con chicos (y chicas) llorando sobre alguien que no podía darles lo que ellos necesitaron debido al tiempo. También, algunas personas son más difíciles de complacer. Si su lista de criterios para un compañero a largo plazo es rígida y larga, le llevará más tiempo encontrarla.

¿Las buenas noticias? Bien, por el camino va a aprender mucho, también disfrutará de la compañía ocasional de señoras. Si es sincero a sus propias necesidades (es decir, no sacrifique sus objetivos en la vida por una mujer), encontrará más fácil mantenerse en el largo camino de las citas y las relaciones. Recuerde: hay millones y millones de grandes mujeres ahí y no tiene el tiempo para conocerlas a todas ellas.

# KINO O KINESTESIA: CÓMO Y CUANDO USAR SU TOQUE

*kinestesia* (n) 1: la percepción de la posición del cuerpo, movimiento y de las tensiones musculares etc. 2: la capacidad de sentir los movimientos de los miembros y del cuerpo.

*kino* (n) 1: el uso de contacto físico para despertar deseo y emociones.

Existen muchos enfoques e interpretaciones sobre el tema del kino en las publicaciones sobre citas, y también mucha confusión. Espero que la información que sigue ayude a clarificar este tema de modo que pueda aplicar una estrategia a sus técnicas a la hora de usar el kino a su favor.

## En primer lugar: las Reglas Básicas

No hay reglas estrictas y rápidas de aplicar en todas las situaciones. Así que debe ser bastante flexible para emplear acercamientos variados cuando progresa a lo largo de la secuencia y en cantidades diferentes según la mujer. Use el kino menos durante las primeras citas y más posteriormente. En ninguna parte es esto más importante que con el buen arte del toque. En el mundo de las citas y la seducción, llamamos a esto "kino".

En primer lugar, ¿qué clase de persona es usted? ¿Es reservado? ¿Disfruta tocando a otra gente? ¿Se toca a sí mismo? Siga adelante y ríase de esto, pero esto es algo para determinará lo que considera cómodo o no. Algunas personas son muy cariñosas, siempre abrazando y besando a sus amigos, familia, perros y casi a cualquier extraño que entra en su esfera de influencia. En el otro extremo del expectro tenemos a personas que podrían sentir incomodidad cuando una cajera le pone el cambio en su mano. Es todo una cuestión de educación.

Crecí en una familia italiana/británica, y tendría que ver la diferencia en el modo que expresamos el afecto en cada lado de la familia. Los italianos pellizcarían sus mejillas y le abrazarían hasta que sus costillas se rompieran. Sin embargo, un beso en la mejilla de mi abuela inglesa era lo máximo. La pertenencia a una étnica conecta con nuestra educación familiar, nos dispone a ciertos modelos de tocamiento, y nuestra comodidad con ellos. Recuerde también que la distancia espacial, sin toque, es una parte del kino. A qué distancia se mete en el espacio personal de la otra persona será percibido y tendrá sus consecuencias.

Una de las primeras cosas que debe saber es que los hombres, en general, comienzan a tocar a las mujeres demasiado pronto en sus interacciones. Los hombres son seres táctiles, como las mujeres. Es decir somos tanteadores. Anhelamos el tacto suave de la carne de una mujer y tocar las partes redondeadas que parecen pedir nuestras manos. Lo que nos falta a los hombres es el autocontrol. Es difícil para muchos de nosotros contenerse, sobre todo porque los hombres generamos nuestras experiencias con la curiosidad visual - vemos a una chica bonita y aparece un ansia por tocarla. De ahí en adelante, luchamos contra nuestros propios deseos naturales. La mayor parte de los hombres, equivocadamente, creen que tocando a la mujer vamos a alimentar su llama del deseo mostrando nuestro interés. Bien, podemos y no podemos, como veremos más adelante.

Estudiemos las formas buenas y malas de kino y cómo usarlo mejor con las mujeres en su vida.

## En primer lugar, el Malo

Entienda que las mujeres son muy sensibles al tacto y tocar nunca es neutro; así que su toque tendrá un efecto positivo o negativo. Algunos tocamientos son casi universalmente malos, y depende de donde está en la secuencia de las citas con esta mujer en particular. Esto depende sobre todo de cuanto la ha conocido y qué clase de precedente ha puesto con respecto al toque. Probablemente más importante que la cantidad de toque que usa con ella es la cantidad relativa entre los dos. Debería aspirar a tocarla *sólo un poco menos* de lo que ella quiere que la toque.

No toque nunca las partes privadas o íntimas de su cuerpo hasta que haya recibido pruebas indiscutibles de que ella lo quiere. Aléjese de su culo, pechos, piernas, estómago, hasta mucho más tarde. De hecho, iría más lejos aconsejándole aplazar **cualquier** toque íntimo hasta que ella lo haya iniciado u obviamente esté tan en celo que le arranque la ropa. Debe programarse como un señor, con autodisciplina y restricción. Verá, las mujeres no están acostumbradas a los hombres que tienen autodisciplina, y por lo tanto se destacará si puede demostrarle esto. A algún punto, sin embargo, tendrá que iniciar el contacto, pero con discreción.

En primer lugar, no la toque de una forma que sea dolorosa. Sé que esto puede sorprenderle, pero sus puñetazos en el brazo, coscorrones, pellizcos o cualquier clase de contacto físico desagradable es un rotundo NO- NO. Las payasadas de patio eran monas cuando tenían siete años, pero ahora es tiempo de crecer. Entienda que la preocupación primera y principal de una mujer es comprobar si es una persona segura y debe ser sensible a esto.

También debería reconocer que nunca tolere el abuso físico de una mujer. Si alguna vez le golpea o reparte golpes a diestro y siniestro montada en cólera. No permita que una brecha en su auto-estima sea su perdición, como lo fue con Tommy Lee. (Tenga en cuenta que los estudios demuestran que al igual que hay mujeres maltratadas, también existen hombres) Un golpe juguetón con una servilleta puede ser el principio de todo esto. Cuando los dos estén arrebatados por la pasión, ella podría pedirle que la zurre, pero oiga, esto es otro tema.

En general, en las primeras citas, si es de café o una comida de tres platos, muestre un poco de moderación. Digámoslo de esta manera, es mejor contenerse demasiado que equivocarse demostrando demasiada atención física demasiado pronto o inapropiadamente. Para un primer encuentro, por lo general busque un abrazo rápido, que le deje saber que no está necesitado y que es bastante confiado que no huirá del contacto físico. Equilibre su distancia con una cantidad apropiada de comportamiento coqueto, sólo el suficiente para que ella no piensa que es un pescado frío. El objetivo es prestarle un poco menos de atención física de la que ella desea al principio.

El punto fundamental: Haga que se pregunte cuánto va a calar en ella.
En el mundo del espectáculo hay un dicho que pienso que cada hombre debería cantar varias veces por día:

**Siempre déjela queriendo más.**

Esto es a lo que me refería antes como *el potencial de respuesta*. Trata de estimular su deseo y luego lo deja en gran parte incumplido. De esta forma será el que suministra y ella la que demanda. Le da espacio para pasar a la acción. Si lo exagera, la sofocará. (Recuerde: Dos pasos adelante, un paso atrás.)

Seamos realistas; el juego de hacerse poco accesible *realmente funciona*, aunque pueda parecer manipulador. Hay una razón: queremos lo que nos niegan. Lo prohibido. Tiene que ser más sutil y más sofisticado en la utilización de esto a su favor y esto es lo que el potencial de respuesta hará.

Recuerde, no tiene ninguna razón para sentirse manipulador si hace las cosas correctas de mantenerla interesada y funciona para conseguir un objetivo mutuamente ventajoso, en el principio de un romance en ciernes.

## Ahora, el Bueno

La diferencia entre kino bueno y malo es muy subjetiva, así como sutilmente diferente. El bueno de una mujer puede ser fácilmente el malo de otra.

En el primer encuentro debería hacer una o dos pequeñas maniobras de kino. El mejor es un simple – y breve – toque al brazo u hombro. Si está en un Starbucks y necesita un poco de azúcar más para su café, levántese, comience a andar alrededor de ella, y luego coloque la mano en su espalda suavemente cuando le pregunta si hay algo que necesita. Quite su mano después de un segundo. No tarde demasiado tiempo o desactivará el poder del kino y posiblemente se arriesgará a ponerla incomoda. Si cruza una calle, le ofrece su brazo. Ella estará impresionada.

Lo que queremos hacer es crear expectación. Toda mujer quiere saber cómo sería tocar a la otra persona, el tacto de su piel contra la suya. Hay una gran cantidad de poder en la novedad. Ella no le ha tocado antes y parte de su trabajo es mantenerla preguntándose el tiempo suficiente para que responda positivamente cuando lo haga. Está provocando esta parte de su mente cuando le da una pista inesperada de lo que le espera. No la toque demasiado pronto y asegúrese de que el contacto no dure más de un segundo, de modo que sepa que no vamos a empezar a manosearla.

## Sitios buenos para tocar pronto:

Manos: las manos son un buen punto de partida para hacer crecer el romanticismo. Advertiré otra vez que muchos hombres tratan de coger las manos demasiado pronto en el juego. Si quiere tocar su mano, haga un breve toque (como el descrito arriba) o intente esto: consiga un libro sobre la lectura de manos. Recomiendo el publicado por DK [Art of Hand Reading, Lori Reid (DK Living)], porque es simple, corto, informativo y tiene muchas ilustraciones. Aprenda los fundamentos de como predecir el futuro leyendo la palma de la mano. Con esto consigue varias cosas. En primer lugar, le da una razón legítima de tocarla antes de la primera cita. El toque de todas estas zonas sensibles y sensuales en sus manos es una oportunidad fantástica. En segundo lugar, recuerde el flirteo, las mujeres aman cualquier clase de adivinación - horóscopos, hojas de té, lo que sea. Crea un momento vivo e intenso cuando puede interconectar a este nivel.

***Brazo / antebrazo:*** el interior de su antebrazo es muy sensible y sólo un toque ligero de paso es más que adecuado. Como puede parecer artificial apuntar a su antebrazo. Con mayor probabilidad la tocará en su brazo superior de pasada.

***Hombros / Espalda:*** Puede encontrar muchos motivos para tocarla en sus hombros o espalda, tal como pasar para entrar en una estancia o si tiene que subir detrás de ella y hacerla consciente de su presencia.

***Caderas:*** Concretamente, el área de su lado, justo encima donde comienza su trasero.Considero que esta parte de su anatomía es más un área de oportunidades que un objetivo al que apuntar, ya que puede entrar problemas fácilmente si no tiene cuidado. Lo ideal sería, no cogerla de las caderas a menos que bailen o en un local atestado y necesite pasar por su lado.

***Pelo:*** el pelo es un gran lugar para concentrarse porque las mujeres enfocan la mayor parte de su atención allí. Ellas quieren que usted lo note. De nuevo tiene que tener buen gusto tocando su pelo y hacer un comentario sobre su suavidad/color/ brillo/ todo lo que pueda ser una prueba para comprobar si se siente cómodo con usted. Si toca (despacio) su pelo y lo siente entre sus dedos durante un segundo o dos, y ella no se aleja, es un buen signo de que ella estará lista para un final de beso al concluir la cita.

## Sitios buenos para tocar, unas citas más tarde

***Detrás de cuello:*** Esto es una zona erógena para todas las mujeres que he conocido. Si ha visto la película "*Body Heat*" hay una escena donde Kathleen Turner sostiene su pelo y limpia el sudor de su cuello, la vista de eso despierta sumamente a los hombres. Mi teoría consiste en que esto está unido a como fuimos sostenidos cuando éramos niños, promoviendo un sentido de certidumbre y seguridad. Independientemente de la razón, parece que es universalmente erógeno.

***Cara:*** acariciar sus mejillas con el dorso de la mano es un poco sentimental, pero cualquier contacto suave con su cara es muy cargante. Use esto frugalmente y con una mirada fija fuerte en sus ojos, ella se derretirá.

***Lóbulos de la oreja****:* Seguramente es un cliché, pero mordisquear suavemente sus lóbulos combinado con un poco de respiración en su oído es un gran acercamiento. (Ver la táctica del Susurro abajo.) Chupar la oreja está bien, así como lamer el exterior del oído y tal vez dentro. Pero no deje un rastro de mucosa detrás parecido al de una babosa; sólo humedézcala un poquito.

***Labios****:* Labios con labios, el mejor de todos los toques. Si no es un buen besador (las mujeres *siempre* lo notan) consiga un poco de entrenamiento. Nada obtendrá el hormigueo dentro de ella más rápido que un beso entrañable. También puede tocar sus labios con sus dedos, pero yo evitaría esto hasta unas citas más tarde.

***Pies:*** Si es una de las cinco personas que no ha visto "Pulp Fiction" tiene que alquilarla sólo por la conversación de los masajes de pie. Cuando John Travolta y Samuel L. Jackson hablan de los méritos y los peligros de dar un buen masaje de pies, ellos aciertan cuando dicen: *Cada masaje de pies conlleva un camión lleno de sugestión*. El frotamiento de pies es una actividad muy intensa que nadie negará que es provocativa. Hágalo con aceite y ella puede pedirle que siga hacia arriba.

## Otras Áreas

Los masajes en general no deberían ser dados demasiado pronto. Conozco a algunos tipos que van directamente a por el masaje como hacen algunos PUA's. Sea realista. Las mujeres saben a lo que un masaje puede llevar. Si está en la tercera cita o más, yo diría que puede sugerir un masaje de cuello, pero limitado a su cuello y hombros. De vez en cuando debe acariciar la zona del cuello a la cual me refiero, sólo que no se detiene allí. (Si se hace bien, ella siempre pedirá más - y más.) Busque el intercambio de masajes, si puede. Esto ayuda a averiguar si ella da tanto como recibe.

Otra área de Kino que he mencionado anteriormente es el uso del "espacio" de la mujer. No ignore el hecho de que las exploraciones cuidadosamente intencionadas de su espacio personal pueden ser tan intrigantes como tocarla realmente y probablemente más, porque mejora la respuesta potencial.

.

Uno de los mejores es la táctica del susurro. Durante una reunión social, si puede encontrar alguna buena excusa para hacerlo, reclínese en un poco y acérquela. Susurre algo en su oído. Un tono de conspirador sirve para crear un pequeño momento entre ustedes, así como conseguir de ella una anticipación de su futuro contacto.

También puede encontrar otros motivos para acercarse, como alcanzar algo para invadir su espacio. De nuevo hágalo con buen gusto, no lascivo. Asegúrese de decir, "Perdón."

## El Kino de Cosquillas

¿Recuerda cuándo era un niño y podía tocar a las chicas que le gustaba? Las tiraba del sujetador, del pelo o le hacía cosquillas. Esto era una forma temprana de socialización, su forma de coquetear. Estaría asombrado de cuántos de estos acercamientos todavía funcionan. Haga una lucha de almohada y luego acérquese para hacerle cosquillas. Si ella es una de esas raritas que no le gusta las cosquillas, será una razón para probarla. Entonces suspire y dígale que ella no es ninguna diversión. Observe como ella vuelve para demostrarle lo contrario.

## Kino sexual

Incluso después de que haya movido su relación hacia el dormitorio, debe darse cuenta que un entendimiento bueno del kino sexual le ayudará enormemente. Hay unas reglas simples que pueden ayudarle a mantener el fuego y ser una maravilla con su actual chica.

- *Espere mientras pueda antes de estimularla directamente*.

Use sus dedos para provocarla, así como para complacerla. La definición de juegos previos no es tocarla donde ella sabe que quiere tocarla y donde ella finalmente quiere que usted la toque. Las caricias

son sólo provocadoras de algo mayor. Diviértase con ello. Recuerde: Barry Bonds no tiene que correr rápido porque él **sabe que** ha dado un *home run*. Piense en ello.

- *Toque áreas poco comunes*.

Parece que los hombres hacen una de estas dos cosas con los pechos - los aprietan como pelotas o chupan los pezones. ¡Vamos, sea creativo! Los lados y la parte inferior son áreas muy sensibles. Trate de acariciarlos muy despacio. Entreténgase en la hendidura un rato. Haga trabajar a su lengua. A la chica le gustará esto, se lo aseguro.

Las áreas poco comunes de resto de su cuerpo también funcionan maravillosamente cuando van hacia el sexo. Piense en donde ella pone su perfume. Trate ligeramente de frotar la espalda, el interior de sus rodillas, la cara interior de los codos, los lados de sus tobillos, sus muñecas o en esas partes que no podría pensar normalmente.

- *Tóquela por todas partes*.

Se asombraría de a cuantas mujeres les gusta ser tocadas **por todas partes** durante el sexo. Un delicado roce en su espalda o la caricia de sus piernas a menudo parece el glaseado del pastel cuando ella está en las convulsiones del éxtasis. Esto le pone más cerca de ella y desplaza el foco de atención de una o dos partes de su cuerpo a toda ella.

- *Consiga que ella le enseñe*.

Ella sabe mejor que nadie donde le gusta que le toquen. Pídale que le muestre donde le gusta ser estimulada y como. Esto no muestra su incompetencia, ya que cualquier hombre con confianza sabe parar el coche y pedir direcciones.

- *Siempre déjela con ganas de más.*

Sí, también es aplicable aquí. No se haga demasiado obsesivo y aspire a una borrachera sexual Tántrica de 48 horas que avergonzaría a Sting. Deje algún espacio para crecer. Déje el Kama Sutra por ahora. (Esto no significa, sin embargo, privarla de un orgasmo. Sea comedido, no egoísta.)

## PNL - Anclajes - Técnicas de Seducción - Aceleradores

Muchas técnicas de seducción tienen sus raíces en la PNL o programación neurolingüística. Hay muchos aspectos en esta materia y estos métodos se utilizan comúnmente en los programas de *speed seduction*. Gran parte de la teoría se basa en el supuesto de que unamos estados fisiológicos y mentales con palabras que usamos para comunicarnos y pensar. Muchas palabras que usamos están cargadas y casi todas provocan respuestas, tanto emocional como físicamente. Algunas incluso flotan en la capa de la conciencia casi subliminal donde la sugestión puede ser usada.

Pero ya que hablamos de conmover, afilaremos este tema con el anclaje, que viene de la ciencia de la PNL. El anclaje es el proceso de asociar una respuesta interna con algún gatillo externo. Tenemos ejemplos de esta clase de condicionamiento simple de la vida diaria.

Piense en un toque particular que alguien le dio cuando crecía. Para mí, era mi cara pellizcada por mi padre. Esto me hacía parecer un niño pequeño y lo odiaba. Más tarde, descubrí este sentimiento cuando una novia me pellizcó de nuevo las mejillas de la misma forma, los mismos sentimientos resurgieron sobre mí. Retrocedí como diez años. Usted tiene la capacidad de crear estas anclas tanto en usted, como en una mujer.

Para anclar un sentimiento a alguien, tiene que crear una experiencia que sea positiva y luego unirla a un toque de kino. Quizás sólo el sentimiento de comodidad cuando hablan. Puede usar palabras que provoquen estados emocionales y frotar entonces su palma con su pulgar cuando sostiene la mano de la chica. Esto tiene que ser repetido muchas veces para que sea asociado, pero cuando lo haya hecho lo suficiente, entonces con sólo frotar su palma, evocará algunos de esos sentimientos. Esto ayuda a crear una total experiencia de envolvimiento para ella. Más vivo, más eficaz.

Tenga en cuenta, que la mayor parte de las personas ya tienen anclas incorporadas, y es mucho más fácil (en mi experiencia) aprovechar sus patrones existentes. Observe como se toca en conversaciones sobre situaciones donde ella se siente segura y sensual. Observe su postura y el modo en que ella sostiene su cuerpo como pista de patrones. Ella ya tiene zonas sensibles que funcionan, y todo lo que tiene que hacer es encontrarlas.

En consonancia con la flexibilidad de antes, sea consciente que de vez en cuando congeniará con alguien y ella estará siempre encima de usted como un traje. Cuando esto ocurre, sea flexible para averiguar lo que le trae resultados o acelera el paso. Si su objetivo es llevársela a la cama, debería ser un poco más delicado para hacer que participe a un nivel más sensual. Simplemente piense en su siguiente paso en la secuencia de las citas. Sin embargo, en la mayor parte de las situaciones, estas pautas le traerán la mayor parte de éxito, si puede demostrar autocontrol.

Y, finalmente, recuerde que en kino, como con todas las sutilezas de las citas, importa menos lo que hace que **como** lo hace. En las circunstancias correctas y con la actitud correcta, puede hacer casi cualquier kino significativo y persuasivo. Trabaje para desarrollar un gusto cultivado y refinado con respecto al toque. Esto no es un partido de fútbol o lucha grecorromana; requiere una técnica sutil. Encuentre a la gente con la que pueda practicar y vea cómo puede usar el toque como instrumento para inducir más atracción entre usted y las señoras.

# PRINCIPIOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS

## Dolor/Placer

Este es el mecanismo motivacional humano último y más básico. Todo lo que aprenda en este curso está basado en este principio. Si hay algo con lo que se tiene que quedar es esto:

**La gente busca aquellas cosas que les dan placer, y evitar aquellas otras que les causan dolor.**

Cuando los ponemos uno al lado del otro, estamos más motivados por el miedo al dolor que la promesa de placer. Hay muchas razones para esto:

- Entendemos y creemos en la consistencia del dolor más que en el placer. Por ejemplo, sabe que tocar una estufa caliente le causará dolor, pero no sabe seguro que una acción dada siempre producirá placer.
- El Dolor está integrado a un nivel básico, instintivo y el placer es una construcción más racional.
- El Dolor es más potente y vivo, mientras que el placer es más diluido.
- El Dolor es universalmente entendido; definimos el dolor en términos muy similares, pero el placer es muy subjetivo y discrecional. Esto probablemente evolucionó del hecho de que el dolor puede ser una amenaza para la supervivencia y tuvo que ser reconocido y respondido rápidamente.

Para unos la pérdida de placer **es** dolor, tal como ocurre con la dependencia y personalidades adictivas y definitivamente en las relaciones. Algo a recordar es que en la sociedad de hoy, la tolerancia de la mayor parte de la gente al dolor es **muy baja**.

El sexo y las relaciones son el único caso donde pienso que el placer proporcionado nos regresa a un estado primitivo y se pone al mismo nivel con el dolor, y en muchos casos se convierte en una serpiente de dos cabezas. Aquí estamos en un lugar donde la promesa de placer (el roce del cuerpo de una mujer, el contacto visual con ella) puede ponerse con la misma fuerza a la amenaza de dolor (soledad, rechazo).

Su objetivo es usar este principio para traer más placer tanto a usted como a las mujeres con las que se cite. Nunca use voluntariamente una amenaza de dolor, ya que esto implicado ausencia de los placeres

que ofrecemos. Una mujer sabrá que rechazar su oferta de diversión y emoción en una cita es estúpido, y ella no dará ese placer a otra mujer.



**Lo que causa que los oponentes vengan por su propia cuenta es la perspectiva de ganancia. Lo que desalienta al oponente de venir es la perspectiva de daño.**

**Sun Tzu**

## Escasez y Aprecio

Los seres humanos apreciamos lo que es escaso. Los diamantes son caros porque son relativamente raros y se necesita la habilidad de convertirlos en un ornamento presentable. Las pinturas de artistas muertos son valiosas porque el autor nunca hará nada nuevo; sólo existe una cantidad fija de su trabajo disponible. En esencia:

**Queremos lo que no podemos tener.**

Otra parte importante de la escasez es **el aprecio**. Si tiene que trabajar mucho para conseguir algo eso será más apreciado. Simplemente porque si no puede conseguirlo fácilmente, debe ser raro y por lo tanto tener valor. Piense en todos esos juguetes de Navidad que están de moda que se venden cada año. Cada padre vende su alma para conseguirlos para sus hijos, y las tiendas suben los precios en consecuencia.

Estará familiarizado con el síndrome del “niño rico”. Usaremos a Danny como ejemplo. Danny es el típico niño que nació en una familia con dinero y sus padres se lo dieron todo (probablemente bajo la noción desacertada de darle una mejor infancia que la que ellos tuvieron.) Danny consigue un BMW para su dieciocho cumpleaños y el coche siempre está sucio, lleno de basura por todas partes. El aceite nunca lo cambia y el coche nunca consigue una puesta a punto. Al final estampa el coche contra un poste telefónico unos meses después de conseguirlo.

Danny no apreció su coche porque no hizo ningún esfuerzo o trabajo para **conseguirlo o conservarlo**. Lo mismo ocurre en las relaciones, amigo mío. Si no se hace suficientemente escaso a la persona que quiere, será dado por supuesto su presencia. Es la naturaleza humana, y no puede ir en contra de ella.

Esta es toda la psicología detrás de las estratagemas femeninas de jugar a ser poco accesibles. Esto funciona, y funciona siempre, mientras no se haga tan escaso que desaparezca.

Ella tiene que sentirse afortunada de conseguirle. La percepción de la escasez (y valor) puede ser controlada, y depende de usted controlar su valor percibido en la bolsa de las citas. Aquí está como:

**Reduzca su disponibilidad y Aumente su deseabilidad percibida:**

- No conteste al teléfono a menos que lo necesite. Está demasiado ocupado en citas, ¿lo recuerda?

- Sólo puede quedar dos veces por semana para estar con usted. Si de verdad quiere, hará el trabajo. (Y si no funciona, es que no están lo suficientemente interesadas. ¿Por qué querría estar con una mujer que no quiere estar con usted?)

- Asegúrese de hablar de otras mujeres que conoce y ve. Algunos hombres piensan que una mujer oirá esto y se espantarán. Ella pensará, *"¡Whoah! mejor me retiro; ya está pillado."* Totalmente y completamente incorrecto. Ella le encontrará *m*ás deseable porque *otras mujeres* le encuentran también deseable.

- Le repetiré que la primera regla del mundo del espectáculo es: ***Siempre déjalos queriendo más.***

- Debe ser el que termina la cita primero y diga buenas noches. Cuando da muchas vueltas y **ella tiene que** decirle de irse ya ha perdido un poco de su interés. Ella va del deseo a la retirada.
- También debe ser el que termina los besos primero. Cuando ella tiene que retirarse, ya ha comenzado un proceso de necesidad de escaparse de usted. Si lo termina primero, ella querrá más y pensará más que están separados.

- Más tarde, reducirá su disponibilidad de modo que una mujer pueda sentir el dolor de su ausencia. Si ella no puede echarle de menos, nunca podrá quererle muchísimo tampoco.

No puede apreciar aquello que consigue gratis. Su tiempo, su energía, su *fantástico mundo* debe tener un precio que ella tendrá que pagar, o ella nunca podrá apreciará suficientemente sin una amenaza de pérdida. ¿Qué le parecería si las Olimpiadas dieran medallas *a cada uno* que participa?

También resista el impulso de tranquilizarla cuando parezca desconcertada. Los hombres tienden a interpretar mal a una mujer en el éxtasis de la incertidumbre cuando necesitan garantías de que el hombre estará allí o está interesado en ella. El hombre entonces se pone a decirle todo, esperando que si él le tranquiliza bastante, ella caerá enamorada. Esto funciona exactamente del modo contrario.

Recuerde: cuantas más cosas claras y seguras haga para una mujer, menos misterio tendrá y más reducirá su atracción. Sólo una mujer muy insegura tiene que ser tranquilizada constantemente.
***La confianza mata la excitación.***



**Sea extremadamente misterioso, hasta al punto de convertirse en informe y silencioso. Así podrá ser el director del destino del opositor.**
- Sun Tzu

## Atracción Femenina

Las mujeres se sienten atraídas hacía los hombres por motivos que no son lógicos. Como dice un dicho en ventas, las decisiones de compra son tomadas primero emocionalmente y luego respaldadas por la lógica. Una mujer no le revisará sus cualidades positivas y luego decidirá lo que quiere. Esto no funciona así. **Ella le quiere debido a comportamientos que usted exhibe y que inspiran su atracción a un nivel primario.** Más tarde, después de que esté encaprichada, sostendrá su decisión en un marco más positivo. Recordará la imagen de usted cuando sus amigos y familia le pregunten qué vio en usted, o cuando ella piense que podría perderle.

Es su trabajo tener buen comportamiento, demostrar estas cualidades de atracción y mantenerse suficientemente alejado para darle espacio y que ella sienta su atracción. Esto no significa que ella le perseguirá y le pedirá citas (aunque en algunos casos, cuando lo hace *bien*, puede pasar). Usted todavía tendrá que iniciarlas, pero ella estará ahora en un lugar donde los avances son esperados y bienvenido, y ella los agarrará cuando se los ponga delante.

## Escudos Defensivos

Las mujeres vienen con un juego de escudos defensivos pre-programados (sí, igual que en *Star Trek*, para el fanáticos como yo) que deben ser derribados si pretende entrar en su corazón. O, por ejemplo, en *otras* áreas.

La primera consideración de una mujer es una preocupación sobre su seguridad física y no sufrir daño, como he dicho. Luego se preocupa por la seguridad mental - ¿me hará daño del mismo modo que mis otros novios hicieron?

Las defensas son inherente **a todo el mundo**. Todos nosotros nos relacionamos a un cierto nivel de defensa – defendemos nuestro amor propio frente a las otras personas para que no se deslustre. Vea esto más vivamente cuando la gente se relaciona en un entorno de negocios y los egos comienzan a entrar en juego. Una persona hace una declaración que realmente no está destinada a molestar al otro, pero se interpreta, por el mecanismo de defensa, como una crítica. Entonces las cosas se intensifican cuando cada persona tira para su terreno por contraposición a lo que la otra persona realmente está diciendo.

(Piense en ello, esto también ocurre en muchas relaciones, ¿verdad?)

He descubierto que la mejor forma de vencer la postura del escudo defensivo es aprender *a mirar de verdad las cosas según la perspectiva de la otra persona*, dejando de lado nuestro ego para ver realmente cosas de otra manera. Esto tiene mucho trabajo de su autoestima, de modo que pueda abandonar su necesidad de impresionar a los otros o defender su posición. No es fácil, pero es la única cura Verdadera para los problemas que se presentan en casi todas las relaciones - romántica o no. Usted será capaz de ver "el por qué" para casi cualquier situación cuando pueda dejar de lado sus propios sentimientos y armadura abollada. No estoy sugiriendo que será capaz de solucionar todos los problemas, pero al menos tendrá un conocimiento y **una elección**.

## Postura Psicológica

La postura es otro término de ventas y psicología. No me refiero a sentarse con los hombros caídos (*siéntese con la espalda recta*). La postura es un término muy genérico para su presencia social en general. Es, al fin y al cabo, la impresión que dejada con la gente después de que ellos le hayan tratado y abarca también su capacidad para imponer respeto con aquellos que se encuentra. Cuando digo que debería tener una postura, quiero decir que es necesario tener la capacidad de presentarse al menos en igualdad de condiciones a otra persona, personalidad, ego y demandas.

En las citas dinámicas, es su capacidad de sentir que tiene el control de las situaciones en las cuales entra en contacto con mujeres, independientemente de pedir el número de teléfono, comportamiento de citas, iniciación sexual. Tiene que sentir que tiene un poco de control, y así no cometerá tantos errores debido a su inseguridad. Cuando sale hacia un encuentro, tiene que entrar en la situación con autocontrol y seguridad. Esta confianza, viene de la creencia profundamente arraigada de que **usted** es el que tiene los bienes – que esta mujer necesita.

La postura puede ser calibrada por una escala, como aquellos velocímetros en los viejos coches de lujo. En el extremo izquierdo (cerca de 0 millas por hora) está su ambivalencia total (y sólo un poco de evitación) a la situación o hacia las mujeres. A la derecha (donde el motor está al límite), está sin esperanzas obsesionado, esperando y lamentando cada minuto despierto que no está cerca de ella. En el medio un lugar cómodo para descansar. En esta zona de postura ideal, de vez en cuando piensa en ella, pero sabe que también puede permanecer solo.

Piense como se sintió cuando conocía a alguien por la cual no se sentía muy atraído: una parte de usted se sintió adulada, pero sobre todo no estaba preocupado. Piense como la trató. Probablemente estaba sereno y un poco distante, no queriendo instigar sentimientos adicionales de atracción por su parte. Lo más irónico es que *esto la hizo quererle más*.

La cuestión es que debería esforzarse por emular esta clase de actitud **con cada** mujer con la cual se relaciona. El truco es que practica este frio distanciamiento con un equilibrio de interés coqueto, pero sólo lo suficiente para darles un poco de duda en sus intenciones - -*Mystery*.

Pero tenga presente que la postura no es sólo una estatua endurecida de virilidad. Al contrario, su capacidad de permanecer vulnerable y flexible es esencial para el éxito. El hombre que es rígido e inflexible se romperá (como el taoísta que dice que la caña se inclina con el viento.) Equilibre su firmeza con calor emocional.

Otra trampa posible de la postura falsa es manipular el amor propio de una mujer, y debería evitar esto. Puede ser atractivo usar las inseguridades de una mujer contra ella como un instrumento para controlarla. Esto **no** es usar correctamente la postura.

Sabrá que tiene la postura cuando tenga la voluntad para levantarse y salir de CUALQUIER situación que esté con una mujer si esto le satisface. Será capaz de ser el primero en retirarse de un beso, dejándola con ganas de más. Será capaz de pasar sus engaños y pruebas. Será capaz de cancelar una cita porque está ocupado. Será capaz de alejarse de una mujer potencialmente venenosa, sin importar lo hermosa que sea. Será capaz de rechazar el sexo porque tiene alternativas y opciones - sabiendo que *ella* lo necesita más.

**Postura.** Ella le respetará y le admirará por su contención, pase lo que pase. Y usted se respetará y se admirará, también. Imagine lo qué se siente.

## Interés propio

Somos gobernados por el interés propio. Uno de los rasgos fundamentales de los seres humanos es que estamos todos interesados principalmente en nuestra propia supervivencia y nosotros en general. Cuanto más esta necesidad se cumple para nosotros - sentimientos adecuados, dignos, confianza, etc. - más seremos capaces de extender la mano y ocuparnos de otros. La Verdad es que el interés propio gana sobre el altruismo e intenciones buenas cada vez.

Esto no es tan malo del todo. Tiene que tener un cierto nivel de egoísmo a fin de ser capaz de hacer algo bueno para los otros. Por último, aquellas personas que pueden establecer un sentido firme de sí mismos en su vida, tienen unas baterías mucho más cargadas para dar que el resto. Ellos no se consumen o mueren de martirio, por lo que dan mucho más.

Hay una escena famosa en “Wall Street” donde el personaje de Michael Dougla (Gordon Gecko), hace un discurso sobre como la avaricia está bien. Es un argumento bastante convincente, y hay unos puntos que son verdad. En el espíritu de su discurso, me gustaría proponer que ser egocéntrico esté bien también. No al extremo, pero sí de una forma que le permita desarrollar totalmente su sentido de amor propio y seguridad en sí mismo. Si fuéramos todos capaces de levantar nuestros niveles de seguridad en sí mismo y dejar caer la necesidad de defensa, experimentaríamos mucho mejor nuestras relaciones. También tendríamos mucho menos violencia y conflictos en la sociedad - criminales y tiranos con la autoestima dañada.

El interés propio de la mujer hace que ella se comporte de cierta manera. Ella busca su propia seguridad, principalmente. También espera determinar si usted será capaz de satisfacer sus necesidades, a corto y largo plazo. ¿Será un buen amante? ¿Protector? ¿Proveedor?

Tiene que sopesar sus necesidades, y satisfacer algunas de la mujer. Y esto le requerirá autodisciplina.

## Adicción

El amor es una medicina. Es potente, es eufórica y es psicológicamente adictiva. Una dependencia con los mismos efectos que se pueden ver en sustancias químicas. Si entiende esto puede convertirse en un distribuidor de esta “droga” que es la mejor medicina de la tierra.

Cuando se encuentra con una mujer por primera vez, quiere darle una experiencia emocionante, eufórica. Quiere que ella se divierta. Cuando pueda hacer esto, ella sentirá una pequeña acometida, provóquele una sensación diferente. Los diez últimos tipos podrían haberla llevado a un restaurante de fantasía, pero ninguno de ellos elevó su pulso en más de cinco latidos por minuto. Tiene que provocarle un poco de excitación y hormigueo. Lo hará de forma gratuita las primeras veces. No necesita la promesa de sexo o el inmediato amor. Sea paciente. Y entre esto, ella soñará con otra posibilidad de conseguir un “chute” de Amor Pasional.

La próxima vez que se encuentren, ella querrá más medicina y se la dará. Más emociones, más motivos de sonreír y vibrar. Ella consigue una mayor emoción de la anticipación, y sabe que ella está empezando a disfrutar realmente de este material. Entre sus citas, ella comienza a sentirse un poco nerviosa, preguntándose cuando pasará otra vez. No le pidió otra cita, pero ella quiere más, y la incertidumbre de cuándo será el siguiente golpe lo hará más visceral y emocionante.

Después de unas rondas, nuestro chico malo decide poner un poco más de espacio entre ellos, y ahora ella comienza a preocuparse, consigue un pequeño tartamudeo. ¿Qu-que?” ella tartamudea. ¿se supone que no puedes salir este viernes? ¡Quiero… tengo que **verte**!”

“Hmm” dice usted, meneando la cabeza. “No sé si puedo reajustar mis proyectos…”

“por fa ¡Venga! ¡Te invito a cenar! Y llevaré aquel vestido que tanto te gustó.” Ahora ella está dispuesta a pagar un poco. Ella le quiere sobornar, pero el precio es razonable para lo que consigue. Cuando el chico malo le ha mostrado el precio, a ella no le importa ya. Vale la pena.

Y paso a paso, una dependencia (buena) se desarrolla.

Todos sabemos el horrible efecto de la retirada repentina del amor de una mujer. Es algo parecido a lo que le ocurre a un heroinómano con el mono, con las convulsiones, la actitud nerviosa y las obsesiones. Muchos chicos terminan por este camino porque no se dieron cuenta que estaban tomando su medicina y se enviciaron antes de que ella consiguiera enamorarse de él.

## Principio de Control

**Quién menos ama manda en la relación**

Durante este baile en el que tomamos parte llamado citas, es importante entender el principio de control y de cómo este principio influye en sus decisiones. La cita anterior resume más o menos lo que he estado tratando de comunicarle con respecto al flujo de poder en una relación. El control consiste en lo que la gente procura tener para sentirse segura. Así, cuando se siente en control, se siente seguro y seguro de sí mismo. En la medida en que se sienta fuera de control, se sentirá inseguro y sin ninguna confianza.

En una relación quién menos control posee es por lo general quien más encaprichado está por el otro. El control (percibido o verdadero) es una influencia muy fuerte en la cantidad de atracción que siente hacia alguien, y de como ellos se sienten hacia usted. Recuerde sus años adolescentes cuando se sintió obsesionado por una chica que le gustaba mucho, y de cómo esto influyó negativamente en el

control que tenía sobre ella. También recuerde como se sintió cuando estaba con alguien que podía dirigir a hacer algo, y ellos realizaban sus planes. Probablemente confió en sus habilidades, pero su atracción por ella disminuye mientras se da cuenta de que no tiene desafíos que superar. Ella ya no resulta tan atractiva cuando no consigue desafiarle, mostrando las Tres S.

No propongo que las relaciones sean una lucha por el poder, o buscar el control de una mujer para satisfacer las necesidades de su ego. Lo que digo es que **la única cosa que puede controlar en una relación es su propio pensamiento y comportamiento.** En última instancia, esto es todo que tendrá que hacer para atraer a más mujeres en su vida, y ganar el control que necesita sobre sus relaciones.

## Comportamiento Femenino

Un tema común de discusión entre hombres es por qué las mujeres están tan preocupadas por el aspecto y como esto está relacionado con su comportamiento malicioso. En primer lugar, se cree generalmente que las mujeres se visten bien no para los hombres, sino para las **otras mujeres**. De modo que ellas puedan superar a sus rivales, y en segundo lugar para llegar al mito de perfección masculina: 1’75cm, 45kg, con piernas hasta el cuello y tetas como melones de campeonato.

Pienso que esto generalmente es verdad, pero tiene que ser enmendado. Las mujeres realmente usan el comportamiento "mariposa" para atraer a los hombres, pero no en el sentido de “¿No estás impresionado por lo bien que **me** veo con esta ropa/zapatos? Sino en el sentido de “¿No estás impresionado por cuánto *mejor* me sientan estos zapatos/ropa frente a **otras mujeres**?"

Las mujeres son maliciosas porque ellas viven en comparación. Todo con lo cual las han criado les dice que sólo existen en comparación con otras mujeres, típicamente las modelos insecto-palo que salen en las tapas de “Cosmopolita" o “Vogue". De este modo, su preocupación no es tanto impresionarnos con su postura y cualidades como la de destacarse de la manada *de otras* Kitty-kats. Sospecho que esto también se vincula al comportamiento; como cuando nos preguntan el famoso “¿me ves gorda?" Ellas piensan en cómo se ven en comparación con otras mujeres, no porque estén preocupadas de satisfacer el ideal de su hombre. Esto puede ayudar a los hombres a resolver preguntas femeninas aparentemente neuróticas expresando respuestas que ellas **realmente** quieren oír -no el modo que se les pide. Su respuesta siempre debería decir que no hay ninguna otra mujer en comparación con ella. (Pero tal vez con *una indirecta* de duda...)

## Palabras y Acciones

Igualmente importante es que tendrá que prestar atención a las acciones de una mujer, **no** sólo a lo que dice. Esto puede parecer muy contradictorio a mi consejo anterior sobre escuchar a una mujer, pero no es así. Sus palabras le dirán hechos, cosas sobre ella y su vida, es decir, esas cosas de confianza - en su mayor parte. Ella realmente le da pistas indirectas. Muy a menudo, una mujer dice una cosa, pero quiere decir otra, y por eso **sólo debe creer lo que ve y siente, *no* lo que oye.**

Por ejemplo, una mujer le dice que piensa que es muy mono y que realmente quiere encontrarse con usted, aunque no ha devuelto las seis últimas llamadas que le ha hecho, y todavía no han concretado una cita para quedar. ¿Qué dice ella realmente? Sus acciones hacen la conversación: *Ella no se siente*

*atraída o interesada lo suficiente en usted.* Si la chica estuviera lo suficientemente atraída, **buscaría** el tiempo para estar juntos. (Lo más probablemente es que sea un tipo de coleccionista o citadora experta, engañando a tantos hombres como pueda para subir su propia percepción de popularidad, pero la razón realmente no debe importarle.) Cuando una mujer está "ocupada todo el tiempo," está tratando de decirle en lenguaje de mujer que no está interesada. Está tratando de dejarle caer una indirecta para que se olvide de ella.

Aprenda a dejar de escuchar hasta cierto punto y simplemente **mire lo que ella hace.** Sus acciones son la Verdad. Sus palabras… dicen menos de lo que ella hace. La mujer sólo quiere evitar hacer daño a sus sentimientos.

## Drama y Sentido

Las mujeres tienen necesidad de drama, algo que ha sido declarado antes aquí y en otra parte. ¿Qué significa esto, realmente?

Las mujeres quieren encontrar más sentido místico en el universo. Las mujeres no son lógicas; son espirituales y no como nosotros. Los hombres quieren encontrar orden; las mujeres tienen que encontrar el sentido. Esto es una distinción crítica que debe entender.

Lo que pasa en muchas relaciones es que el hombre no entiende por qué la mujer siempre trata de buscar el sentido de las cosas, o siempre trata de encontrar algún significado secundario. Nos vuelven locos con sus interpretaciones, como Freud dijo una vez "A veces un puro es… sólo un puro."

## Acariciadas y No Acariciadas

Aunque haya muchas clases de mujeres, tantas como estrellas en el cielo de la noche, existe una dinámica para mirar esta clasificación tan particular. Hay dos campos de los cuales una mujer generalmente proviene, a partir de los años formativos de su infancia. Esta delimitación, no perfecta, le da un indicador importante para su relación. Estas dos clases de mujeres son *las halagadas y las no halagadas.*

Este análisis también puede trasladarse a otras áreas de la personalidad femenina, pero creo que estos dos resumen la esencia de su comportamiento. (Y su comportamiento es todo lo que realmente nos preocupamos, ¿verdad?)

Yo solía acercarme a las mujeres como si fueran todas iguales, pero la realidad es que aun si ellas son parecidas tienen muchas cosas diferentes, tenemos que tener un poco de flexibilidad en nuestro enfoque para conseguir resultados. Permítame explicar estos dos tipos:

**Acariciada**

Esta mujer consiguió muchas alabanzas y atención cuando era niña. Seguro que era muy mona y querida lo suficiente como para tener un buen sentido de amor propio, así que no sufre por la adoración. Como un adulto, le gusta oír un elogio, pero responde más cuando no consigue la satisfacción inmediata de un hombre. Responde muy bien a los desafíos. Ella todavía tiene agujeros en su autoestima(¿qué

hombre o mujer no los tiene?), pero en general es un poco creída de su aspecto e intenta el control de los hombres. De vez en cuando juega 'a los juegos' a los cuales estamos acostumbrados. Test. Control. Hacerse la poco accesible. Etc.

**No Acariciada**

Esta mujer nunca consiguió atención y palabras de alabanza, tanto por parte de familia como de amigos. Procuró sustituirlo cuando se hizo mayor, pero nunca reclamó aquel sentido de la estima que ella así desea. Como adulto, está desesperada por el reconocimiento, de cualquier forma que pueda tenerse. Responde a la atención masculina y a los elogios, y esta apreciación a menudo puede ser adictiva. Si es dada y luego se la quitan, vendería a su madre en la esclavitud para recuperar ese aprecio. (También algunas de estas mujeres pueden ser mercancía dañada. Con frecuencia, la relación con uno de sus padres es tóxica, y todavía tratan de obtener su respeto y amor hasta el día de su muerte.)

**Las Acariciadas** tienden a ser donantes cuando son provocadas lo suficiente y manejadas por las estrategias del Hombre Dinámico. Ellas tienen un excedente de amor listo para compartir con usted, si es un hombre seguro de sí mismo que puede desafiarlas y despertar su atracción. Es nutriendo, la forma de amar.

**Las No Acariciadas** tienden a ser interesadas. Ellas tienen un déficit, un vacío en su batería de amor que nunca está completa. Pasan por relaciones, sabiendo que tienen que dar para recibir, pero nunca tienen suficiente. Estas chicas a menudo están en terapia, curando relaciones pasadas y manejando aquellas ansiedades de su pasado. Requieren mucha energía para ser felices.

A veces las No acariciadas están sólo pasando una depresión temporal, provocada por una relación mala. Cada mujer se hace “No acariciada” después de una relación, en particular difícil, de la cual acaban de ser liberadas. Tienen que concentrarse en ello y reconstruir su amor propio dañado. Acariciado y No acariciado también pueden aparecer como fases que seguramente una mujer pase en algún momento.

La razón por la que remarco estas diferencias es porque con la táctica habitual aplicada a las No Acaricidas los efectos pueden ser impredecibles. Pueden actuar al contrario de la norma. Por ejemplo usar la estrategia de "dos pasos adelante / uno hacia atrás” a menudo sólo las deja impasibles y paradas, no reaccionado al paso atrás. Se queda perplejo: ¿Por qué no funciona esto? *Porque estas mujeres no son capaces de conocerle en el campo de batalla del Amor*. Ellas quieren **que usted** las recargue, y puede que no tenga el poder de hacerlo. Yo solía preguntarme por qué mis estrategias y tácticas no funcionaban con ellas, cuando era porque ellas estaban, un poco *locas*. De ahí, las reacciones inconsecuentes.

¿Cómo reacciona a estas mujeres?

Simplemente, NUNCA reaccionar a una mujer. (Lo lamento, aquí no hay atajos.) Sólo estar tranquilo y escuchar lo suficiente al principio para entender con quien trata. Escuche con atención, amigo mío, las pistas y la realidad están por lo general escondidas bajo muchas capas de comportamiento voluble y camuflaje social. Depende de usted tomar una decisión que le hará o muy feliz o... miserable y desesperado.

## Mujeres Venenosas

Las mujeres tienen faltas. Lo sé, lo sé, es difícil creer esto cuando conoce a una mujer que es tan magnífica que podría ser una entidad divina, pero debe tratar de mantener a las mujeres en perspectiva. Ellas no son mejores o peores que los hombres. Sólo cubrimos nuestros ojos de ensueños y fantasías cuando las vemos por primera vez. Sólo después de que hemos estado con una mujer un tiempo, comenzamos a ver sus faltas.

Una capacidad importante es ver a través de la neblina cegadora temprano. Voy a hablar de los tipos de personalidad femeninos que son dañinos y como reconocerlos suficientemente temprano para que pueda hacer algo sobre ello.

**Inestable o Completamente Loca:** Esta mujer es una ruina emocional, totalmente irracional y buscando hundirle con ella. Nunca sabe cómo va a reaccionar, y siempre está andando sobre cáscaras de huevo. Ella es capaz de todo, y tiene miedo de su propia seguridad.

- Comportamiento errático - Incapaz de controlar sus impulsos o emociones. Un día está como loca de feliz, y al siguiente depresiva y suicida.
- Muestra patrones neuróticos en la mayor parte de su vida cotidiana. Pensamientos obsesivos y de excesiva preocupación, tristeza, pánico
- Toman medicaciones - Litio, Prozac, Valium
- Ha sido acusada de acoso
- Muy pocos amigos (*si es que tiene alguno*)
- Cuando nota que sus tácticas son totalmente ineficaces con ella, es que hay muchas posibilidades de que esté con una pirada.

**La Buscadora de oro súper ambiciosa:** Quiere dinero, tanto como pueda conseguir. No necesariamente va a trabajar para adquirirlo. Este tipo está obsesionado por las posesiones materiales. Busca o a un hombre rico, u otro método fácil de obtener riqueza y poder.

- Hace preguntas sobre su status y poder, muchas sobre dinero
- Conversaciones sobre ingresos y posesiones - al extremo
-Adicta al trabajo
-Superficial/dando nombres de gente importante que conoce
- Insiste en restaurantes buenos, hoteles caros, joyería de valor
- Tiende a estar endeudada, o gasta más allá de sus posibilidades
- Obsesionada con las apariencias e imagen
- Obsesionada con conexiones y mantenimiento de un grupo enorme de “amigos"

**Incapaz de comprometerse - La Jugadora Femenina:** Esta mujer conoce todas las estrategias de seducción, y usa Desafíos en su beneficio. Puede no estar lista para una relación o pareja estable, o ser insegura sólo de sus propias intenciones u objetivos. A veces a esta mujer sólo le gustan las atenciónes y validación que consigue de tener tantos hombres como ella pueda conseguir.

- En exceso endiosada, hace como que está fuera de su alcance
- Le toma el pelo con las citas ocasionales, y a menudo le abandona frustrado
- Lo que dice raramente se corresponde con su comportamiento, y le deja confundido
- Ella es una esclava de los “buenos tiempos” buscando el siguiente partido
- Es joven y una mariposa social

**Violenta y Abusiva:** Comienza modera, con insultos burlones ocasionales, pero se intensifica rápidamente. Sólo se siente amada si está en el centro de un torbellino, drama al nivel de Tommy Lee y Pamela Anderson. Para que reaccione, hará lo que sea necesario para enojarlo y abastecer de combustible el fuego. El amor no es el amor hasta que duela.

- Propensa a la agresión y la violencia – rompe cosas
- Pueden atacarle físicamente en momentos de cólera
- Jura mucho y usa insultos
- Verbalmente abusiva
- Le gusta el sexo duro - al extremo
- Se enfada fácilmente. La interacción con ella se parece a la manipulación de explosivos
- Su comportamiento por lo general proviene de una infancia de abusos

**Inestables/ Inconsistentes:** Esta mujer es totalmente incapaz de continuidad. Hará planes con las mejores intenciones, pero su capacidad de realización está en cero. Incluso viene con total sinceridad, haciéndole pensar que llevará a cabo *lo que dice esta vez*, pero no lo hace. Nunca se entrega.

- Siempre llega tarde, a veces ni se presenta
- Deja de llevar a cabo sus promesas
- Muy inconsecuente entre lo que dice y lo que hace
- Nunca devuelve las llamadas o correos electrónicos

**La Buscadora de Emociones:** Quiere experimentar la vida al máximo. Esta mujer le llevará a lo largo en sus aventuras temerarias, que a menudo coquetean con la furia que no necesita. Sólo quiere estar con usted cuando hay *diversión*.

- Ama quedarse hasta tarde en los clubes y fiestas - esclava de los “buenos tiempos”
- Impulsiva sobre sus proyectos
- Le etiqueta como un aguafiestas si usa el sentido común como contraste a su frivolidad
- Pierde el interés con facilidad. Tiene que hacer algo nuevo e increíblemente interesante para mantener su atención
- Muy a menudo tiene el estereotipo de “chica mala"

**Arpía/Gruñona:** Ve este rasgo por el búshel. Manipula a los hombres a través de una corriente constante de ataques verbales. Es una de las más complicadas de manejarse ya que a menudo tendrá un lado agradable que usa para mantenerle interesado. Pensará a veces: *Bien, no es tan mala*. A menudo es muy desagradable e imposible de complacer.

- Al principio sólo parece “una personalidad fuerte” que es atractivo al principio, pero rápidamente progresa hacia algo más siniestro.
- Tiende a decirle "cállate" con frecuencia, y trata de poner fin a las conversaciones en *sus* propios términos.
- Tira de una actitud cuando quiere salirse con la suya.
- Se enfada mucho
- Celosa - al extremo
- Restringe tu tiempo con otros hombres
- Tiene un padre débil
- Usará la repetición para que la obedezca (Fastidio)
- Sacará temas del pasado constantemente. Nunca parece que las cosas estén resueltas.

**Fanática del Control/Man-master:** Esta clase de mujer es una forma más dominante de la Arpía/Gruñona. Quiere tenerle completamente bajo su dedo, y no se avergüenza sobre lo que le permite y todo el mundo sabe. (Ver “la Necesidad de Cambiarle.”)

- Parece una personalidad fuerte al principio, y esto le atrae. Tiene muchos rasgos de varón (yang), y puede sentirse atraído por su capacidad de transformarse en uno.
- Conversaciones sobre control al principio
- Tiene a un padre débil
- Responde su teléfono/lee su correo/fisgonea sus cosas
- Celosa - al extremo
- Restringe su tiempo con otros hombres.

**La Diva:** Esta mujer está realmente enamorada de sí misma y cree que **todos** los hombres deberían adorarla. Si no la adora, se sentirá desafiada, pero sólo hasta que se dé cuenta que usted no le dará lo que ella quiere - sacrificios de sangre o un templo erigido en su nombre. Una vez que se ha dado cuenta, simplemente está fuera.

- Es muy guapa - y *lo sabe*
- Se mima al extremo
- No se preocupa en absoluto por tu vida y tus asuntos
- Conversaciones interminables sobre ella y sus amigos
- Superficial - al extremo. Obsesionada con la imagen
- Tiene relaciones pobres con su madre
- Sólo puede funcionar cuando es el centro de atención y el foco

**Mujer Insustancial:** Esta chica apenas existe. No puede tomar ninguna decisión para ella, mucho menos ser una participante complaciente y capaz en una relación. Al principio, se siente atraído porque ella va a todo lo que usted quiere, incluso en el sexo. Entonces usted realiza que ella tiene una raya de una milla de ancho pasiva y agresiva. Algunos círculos psicológicos llaman esto un desorden de personalidad fronterizo.

- Hace todo que usted dice
- No hace caso de sus necesidades - al extremo
- Co-dependiente
- Tiene una proximidad malsana con su madre o padre
- Sus emociones refleja tus emociones. Ella no puede estar de buen humor si usted no lo está.
- No puede resistirse a lo que le dice o a alguien, pero puede usar su pasividad para manipularle cuando sea necesario.

**Pegajosa/Necesitada:** Esta chica es agradable como el melocotón, y piensa que ha encontrado a una mujer con la cual puede establecer lazos a nivel celular. Parece que ella quiere lanzarse y no “jugar a juegos” Comienza con los gastos de las primeras semanas juntos/ 24 horas al día/7 días por semana. Está en el éxtasis sexual, y parece que esta mujer está totalmente a su nivel. Desmonta sus estructuras, defensas y estrategias y le da su corazón, su piso y su mundo. Entonces, comienza a sentirse un poco sofocado. El aire se carga y necesita un pequeño espacio. Sugiere que ambos estén un día solos, así puede conseguir hacer algunas tareas, pero ella se pega a usted y se siente tan apretado como Oprah en un traje de buceo. Su pánico comienza a insinuar lo que debe venir. Esto a menudo es descrito como la personalidad "adictiva".

- Le llamada a menudo
- Cerca de su madre - al extremo
- Tendencia a querer cambiar cosas sobre usted para demostrar que le pertenece. Ella le disfrazará y tratará de inyectar su estilo en al suyo
- Invierte una cantidad excesiva de tiempo en su piso o casa
- Parece que sus emociones siempre reflejan tus emociones
- En exceso celosa
- Hace demasiado hincapié en el logro del trabajo para la validación
- En casos extremos puede ser suicida o amenaza con autolesionarse o el suicidio como un truco manipulador.
- Alto potencial para ser una acechadora.

**La Narcisista:** Esta mujer cree que el mundo se concentra en ella. Hay una creencia errónea común de que una persona narcisista es simplemente vana y egocéntrica. Esto no es siempre así, y en muchos casos el narcisista tiene mucho odio por sí mismo. El narcisista es muy paranoico sobre la imagen que presenta a los otros, y fomenta una preocupación por ella. Se siente definida según como *otra gente* la ve.

- Está sumamente preocupada por lo que otra gente piensa de ella
- Preocupada por la validación externa y la aprobación
- Requiere excesiva admiración
- Muy centrada en sí misma.
- No puede ver a través de los puntos de vista de otras personas.
- Tienen cuestiones divisorias (Ver “Límites.”)
- Tiene un sentido del humor muy subdesarrollado, sobre todo incapaz de reírse de ella misma
- Carencia de empatía para otros
- Insegura y envidiosa
- Tiene un sentido del derecho

**El Bebé:** Esta chica es increíblemente inmadura. Aunque tenga frescura y vitalidad sobre ella, hace el papel de niña mimada la mayor parte del tiempo, con momentos de lucidez escasos. Es fácil enamorarse de su comportamiento juguetón - al principio.

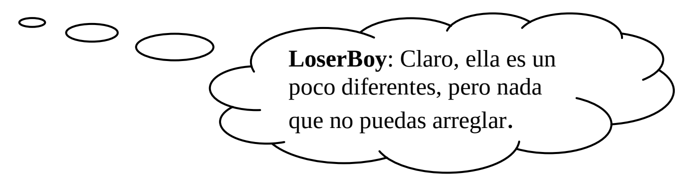
- Es muy egocéntrica
- Emocionalmente subdesarrollada. Grita y lanza rabietas, a menudo rompiendo cosas que ella posee.
- Insegura
- Necesidad de mucha atención. Comportamiento tipo “Mírame”
- Pobre toma de decisiones. Gasta todos sus ingresos a discreción.
- Descuidada y muy despistada
- Es sucia y desorganizado en casa
- Comportamiento impulsivo

Todas las mujeres poseen algunos de estos rasgos hasta cierto punto. También hay otras que no he mencionado, como drogadictas y otras indeseables. Depende de usted identificar a las mujeres problemáticas del resto y quitarse de en medio para ahorrarse muchos dolores de cabeza. Como le dije

antes, la mayor parte de su capacidad de mantener una relación con una mujer dependerá de su capacidad de enfrentarse con su comportamiento problemático (**y ella** enfrentarse **con el suyo**.) Elija bien.

## Signos de Peligro

Aprenda a reconocer algunas señales de advertencia cuando entre en una relación venenosa. Estas relaciones no siempre ocurren debido a un compañero malsano, pero a veces la dinámica entre las dos es tóxica. Tenga cuidado con estas indicaciones en usted mismo:




### Obsesión malsana

- A menudo caracterizado por el síndrome del "Amour Fou", donde la obsesión romántica conduce a un comportamiento loco de acá para allá.
- La lujuria inicial lleva a una química volátil, imitando el amor
- No se siente feliz o bien cuando está solo
- Los hábitos de sueño son erráticos debido a sus pensamiento obsesivos
- Sus prioridades comienzan a cambiar
- Los celos extremos le punzan, que le llevan al siguiente indicador…

### Pérdida del impulso de control y autodisciplina

- Alucina y se encuentra con frecuencia enojado
- Se descubre haciendo cosas que no puede controlar, como aparcar fuera de su casa, o llamándola a todas horas. Descubre que los celos son casi constantes ahora.
- Sus prioridades cambian y comienza a sacrificar sus aficiones, que contribuyen al siguiente indicador…

### Comportamiento autodestructivo

- Cualquier tendencia de tomar decisiones imprudentes y potencialmente dañinas, como descuidos en el trabajo o la familia, o un cambio de fondo para "la relación".
- Arrebatos Violentos que no forman parte de su personalidad.
- Presta su dinero, o sacrificio excesivo
- Bebe en exceso, sale mucho de fiesta o toma drogas
- El ejercicio y salud se convierten en prioridades secundarias
- Pone en riesgo su estilo de vida por ella.

Rompa esta cadena antes de que le arruine. Si es necesario, busque la ayuda de un profesional para evadirse de este modelo autodestructivo. Ninguna mujer vale la pena si tiene que poner en peligro su integridad o felicidad.

## Mujeres en los 30

He oído que a esta edad la llamaban "la zona de exclusión" para las citas, concretamente la edad de 28 a 32. Las cosas cambian para una mujer alrededor de los 27 o 28 años. Antes de esto, está en el modo fiesta perpetua. Podría estar hasta altas horas de la mañana con sus amigas y continuar al día siguiente. Éstos fueron sus días de comportamiento imprudente ocasional. (Oye, la mayor parte de chicos también pasan por esto.) Pero cuando llega al final de la década de los veinte, comienza a entender que se acerca a los treinta - ah - y no ha tenido ningún *bebé*. Ve a sus hermanas construir pequeñas familias, y aun si no está totalmente obsesionada con la idea de hacerse mama, piensa que **debería** serlo, ya que el tiempo se agota y no quiere perder la oportunidad. Probablemente oyó alguna estadística incorrecta sobre mujeres que no se casan a los 35 y nunca lo hacen, y temen que su corazón se quede parado como el de Igor que tocaba las campanas de Notre Dame. Desde pequeña ha recibido una programación social que le dice que una mujer en nuestra sociedad se casa, consigue una casa y comienza a hacer bebés cuando está en la treintena. Si ella no lo hace, parece que hay algo incorrecto en ella.

En este momento usted ya puede oler a sangre. La razón por la que digo esto es porque puede olerla a una milla de distancia, sólo por sus actitudes y obsesión en todas las cosas relacionadas con el matrimonio y la familia. Se suscribe a "Novia" aun cuando no se cita con nadie. Idolatra a sus sobrinos y sobrinas como si fueran propios. Se va a casa por la noche y quema el incienso ceremonioso a dioses paganos para que le traigan a un hombre y mantenga su matriz fértil.

Bien, quizá llevé esto al extremo, pero seguro que sabe por dónde voy. Todos han visto a esta mujer alguna vez y se han asustado como si hubieran visto al diablo. ¿Cómo la descubre?

- Está muy interesada en citarse con usted, casi llegando a parecer un poco ferviente y maníaca. Siente que lo evalúa cuando los presentan por primera vez. Jura que podría haber visto colmillos cuando ella sonrió.
- Ella es quien pregunta/pide a sus amistades femeninas y masculinas para salir con un hombre.
- Habla mucho sobre matrimonio, bebés, casas y proyectos de vida.
- No parece que viva su vida, así que espanta a los maridos potenciales. No ve que su dificultad en tener una pareja está en que le da demasiada importancia a eso antes que vivir su vida.
- Ella se lamenta mucho de que no hay buenos hombres, buscando sólo al "caballero de la armadura brillante." Ella quiere un hombre y una familia que la completen.

¿Esta mujer está mal? No, en absoluto. Sólo va a por lo que quiere, del mismo modo que usted. El error consiste en que permite que su objetivo nuble su visión - y su proceso de selección. En lugar de encontrar a un hombre para establecer lazos y forjar una relación sólida, quiere a alguien que engendre a sus hijos y provea. También hace esto sin hacer caso de su propia vida y hace lo que piensa que debe hacer para conseguir un marido. De esta forma, después de unos veinte años criando al niño, no habrá

dejado mucho entre ella y el hombre para impedir que la relación se disuelva. Se dejó cegar por el requisito previo de un buen partido y se vendió a sí misma en el *Programa del Matrimonio*.

## La Mujer del Programa

Este es un tipo de mujer que no incluí en la sección anterior por una razón. No considero que haya algo necesariamente *incorrecto* con su deseo, sólo está buscando cumplir el propósito de una familia de cuento de hadas que tuerce su proceso de decisión. "…Y vivieron para siempre felices" es lo que ha estado buscando toda su vida, no haciendo caso de ella misma. Su objetivo es una deformación creada de su autoimagen. Esto lo hace doblemente importante para que usted tenga **sus** objetivos claros y pueda ver lo que pasa.

La Mujer del Programa ha tenido un plan, desde que leyó por primera vez a Cenicienta y la Bella durmiente - o al menos las versiones azucaradas y dulces de la Disney - y decidido que sabía la clase de familia **exacta** que quería adquirir. Jugó con muñecas y casas de muñecas casi exclusivamente como una niña pequeña, emulando a mamá. Ella es una mercenaria para su visión: una casa de dos pisos en los barrios residenciales, 2.4 niños, un perro (para él), un gato (para ella), y un Land Rover para en el garaje. Ella es la personificación de la "soccer mom"* y ha tenido este plan preparado y listo para ejecutar desde que ella salió de su última fiesta de hermandad de mujeres antes de la graduación. Está en el extremo de los treinta - algo que como mujer sabe que el tiempo no está *de* su lado. Su ventana de oportunidad sirve como una especie de reloj del juicio final, y no siente que sea una mujer a menos que esté en el Programa, consiguiera al marido, los dos pisos en los barrios residenciales y tuviera unos niños.

Tenga presente que nuestra cultura fomenta esta clase de enfoque en las citas, el amor, el matrimonio y la familia. A las niñas se les ha vendido un proyecto desde que eran pequeñas e inocentes. Dan a las mujeres papeles sexuales específicos, que son reforzados por los medios. Las chicas son programadas para que se vistan de rosa, no de azul y jueguen con muñecas de bebé, no coches o camiones. Les dan películas de Walt Disney que le dicen que los hombres son como "príncipes azules" que vendrán un día y se lanzará a sus pies. Compran revistas (Cosmopolita, Vogue, etc.) que proclaman ayudarlas a construir su estima femenina adhiriéndose a un código de aspecto físico determinado (ser delgadas como el trigo y llevar *esta* ropa y zapatos), y se comparan con otras mujeres a cada oportunidad.

Le digo esto para no llenarle de desesperación, sino para que sepa a qué clase de campo de juego va a saltar cuando deje el vestuario. Los chicos están más desilusionados que nunca, sobre todo porque hemos estado prestando atención al comunicador invisible de este juego, que nos dice que las mujeres quieren **esto** … ¡Espera! ¡No, quieren ***eso*** … ¡Espera! Realmente quieren ***aquello***…

Como dije antes, decidí a una edad temprana no casarme hasta que tuviera al menos 30 años. Ahora tengo más y estoy contento por aquella decisión que tomé. Realmente no sabemos lo que queremos cuando somos jóvenes. Esto no quiere decir que entenderá todo esto más tarde (o no puede entenderlo más pronto), pero la experiencia *hará* que tome mejores decisiones. También, hay muchos errores que debe hacer, y algunos errores que no puede aprender simplemente mirando a otros. He visto a unos cuantos matrimonios con un hombre que es un cero a la izquierda, sin tener ninguna verdadera importancia para su esposa, pero el papel que él llena como proveedor, chofer o acompañante de señorita. Y los hombres merecemos mucho más que esto.

"El programa" femenino sólo debería reforzar la importancia de construir su propio plan como hombre. Estas son aguas complicadas y traidoras. Si no sabe dónde va, acabará tomando cualquier camino. Quiero que vea lo que ocurre más delante y tome sus propias decisiones - no lo que alguien ha hecho **para** usted.

soccer mom [**Una mujer blanca, de clase mediana. Que conduce un Todo terreno. Sus hijos son sus "angelitos" y son más importantes que nada ni nadie en el mundo y se merecen jugar a la Play Station o hacer todo lo que a ellos se les antoje.**]

## La Mujer de Alto Mantenimiento

Como jugador, la mujer de alto mantenimiento es difícil de definir, cuando cada hombre tiene su propia definición, creo que podemos llegar a una caracterización factible:

**Es una mujer que a la mayoría de los hombres no les hace sentir cómodos, exigiéndole constantemente un esfuerzo emocional y/o material.**

El mantenimiento alto se refiere no sólo a sus necesidades materiales, sino también a sus necesidades emocionales. Aquí está una lista de las banderas rojas para que tenga cuidado:

- Hipersensible: se ofende por casi todo, ningún sentido del humor. No acepta ninguna forma de crítica. Interpreta casi todo lo que dice como desaprobación.
- Con frecuencia alucina: cólera incontrolable. Tiende hacia el comportamiento bipolar.
- Egocéntrica al extremo: piensa que ella es un regalo de Dios.
- Necesita ser mimada constante.
- Sexualmente inconsecuente: caliente y fría según su humor sexual.
- Espera que sepa lo que ella piensa siempre y satisfacerla.
- Nunca piensa que está equivocada.
- Muy crítica y juiciosa con usted y otros. Insultando y despreciando.
- Cree que tiene derecho a todo en la vida.
- Necesita ser entretenidas constantemente para mantener su atención.
- Sin cesar de preocuparse sobre lo que otros piensen de ella, demasiado preocupada por las opiniones del otro.
- Inconsecuente e irracional: un indicador grande de su comportamiento errático es el éxito que usted tiene con la utilización de los principios que en este libro se exponen. Si se encuentra esforzándose por conseguir algún resultado usando estas estrategias, o descubre que son muy incompatibles o no funcionan con una mujer, es probable que ella sea ligeramente inestable y de muy alto mantenimiento.
- Ella no puede ver su punto de vista. Una buena señal de madurez emocional es poder ver una situación desde el punto de vista de la otra persona. Cuando una mujer puede ver cosas sólo desde su propia referencia limitada, es que ella va a darle muchos problemas de cabeza. (Ver “el Narcisismo.”)

En términos generales, si se encuentra vacilando antes de interactuar con una mujer porque tiene que pensar en si la irritará, la volverá loca o la afectará de cualquier modo, entonces tiene a una mujer de mantenimiento alto (o su seguridad en sí mismo como hombre es muy baja.) Esta clase de ambigüedad y agitación le dejará muy nervioso e inseguro.

De mi experiencia personal con las mujeres de mantenimiento alto decir que son emocionalmente agotadoras y absorben el alma de los hombres con los cuales entran en contacto. Raramente tienen verdadera generosidad disponible para darle. La vida es demasiado corta para dedicar la mayor parte de su energía a sus demandas malsanas. Consiga a una mujer que tenga las reservas emocionales para ocuparse de **usted** de vez en cuando.

**LoserBoy**: Amigo, no está tan mal ... quiero decir, por lo menos echas un polvo.

## Perfil de una Mujer Buena - las Cuatro Cualidades Esenciales

Después de cubrir todas las cualidades negativas, quise tomarme un momento para sugerir algunos rasgos positivos de la mujer que la mayor parte de los hombres encontrarían deseable. Esto es una fórmula simple para juzgar su esencia. Considero éstas las Cuatro Cualidades Esenciales de una mujer buena.

1) **Actitud Flexible/positiva**: Su filosofía de vida tiene que ser alegre, no triste. Ella es consciente de su salud. Espera lo mejor de la vida. Tiene un espíritu abierto y aventurero. Tiene un intelecto con el que conecta, no es condescendiente y desdeñosa. Ella da. Le respeta. Cuando sugiere una actividad, no recibe un manojo de excusas. Esta mujer tiene un mantenimiento razonable. También es paciente, sin necesidad de ser calmada todo el tiempo.

2) **Alta Integridad/De Fiar**: Necesita a una mujer de fibra moral buena. Tiene que ser capaz de confiar en ella. Esta mujer podría terminar por criar a sus niños. No puede aceptar a una mujer de la que tenga que preocuparse constantemente. Tiene que ser capaz de confiarle su vida.

2) **Sexual e intelectualmente atractiva**: Tiene que ser capaz de relacionarse y hablar con ella a un nivel bastante equitativo. Tiene que excitarle física y mentalmente. (Se sorprendería comprobar cuánto tiempo dura el sexo cuando ella es tan tonta como una caja de rocas.) Ella también tiene que tener al menos un nivel sexual comparable con el suyo. No quiere luchar por la satisfacción de las necesidades físicas. Si ella tiene una buena actitud, al menos debe ser capaz de discutir esto y llegar a acuerdos cuando sea necesario, pero hay que empezar con un impulso sexual saludable. Se hace el camino mucho más fácil.

3) **Capaz y competente**: me he citado con muchas mujeres que buscaban la figura del padre o un salvador y le diré que su nivel de madurez siempre abandonaba mi deseo. Hay muchos hombres a los que le gusta este papel, pero no se dan cuenta de lo mal que sufre esa actitud y cuanto resentimiento se acumula con la necesidad de ser un novio y un papá. Su mujer debería ser capaz de cuidarse ella misma y vivir su propia vida. Debería tener su propio trabajo y fuente de ingresos estable. Si espera estar con alguien mucho tiempo, también deberían ser comunicadores capaces y competentes. *Consejo rápido: la gente que por lo general es una ruina en el exterior también lo en el interior.*

Realmente es muy simple. No tiene que **compartir** exactamente las mismas cinco aficiones que usted tiene. Si puede establecer una base sólida de flexibilidad, atracción, confianza y competencia, tiene ya suficiente para trabajar.

# COMUNICACIÓN HOMBRE-MUJER

Esto le va a parecer una sorpresa, pero las mujeres y los hombres no hablan la misma lengua. Tenemos estilos de comunicación diferentes, entre otras cosas. Lo que tiene que entender es *como* nos diferenciamos de modo que pueda controlar el resultado de las interacciones, en lugar de que las interacciones le controlen a **usted**.

¿Cuántas veces se ha encontrado en una conversación o discusión con una mujer y sintió que las cosas estaban fuera de control? Algo como esto:

**Yolanda**: pienso hacer un curso de astrología el próximo año.
**Frank**: ¿piensas que vas a predecir fortunas o algo así? No estoy seguro de que la astrología sea la mejor opción. No es práctico, y no ayudará para tu grado. ¿No prefieres contabilidad?
**Yolanda**: (encogiéndose de hombros) aún no estoy segura. Pensaba entrar en Marketing.
**Frank**: (suspiros) ¿Marketing? Eso no suena bien ahora mismo, sobre todo con esta economía. Deberías seguir con tu contabilidad. Estás bien con los números.
**Yolanda**: (cruza sus brazos) ¿Cómo sabes lo *qué* quiero? ¿No estás escuchándome?
**Frank**: (levantando su voz) ¡Por supuesto que escucho! Me acabas de decir que quieres cambiar tu curso por la astrología. Y eso supone un cambio importante.
**Yolanda**: (balanceo de ojos) ¡Esto no es lo que estaba diciendo en absoluto!

¿Cuál fue el gran error de Frank? Pasó por alto el principio fundamental de comunicación hombre-mujer. **Las mujeres hablan sólo por hablar. Los hombres hablan para solucionar problemas.** (Esto es tratado con más detalle en el libro de John Gray Los Hombres son de Marte, y las Mujeres de Venus.) Esencialmente, los hombres con frecuencia entrar en argumentos que son innecesarios, principalmente porque sienten que a fin de dirigirse a una mujer tienen que relacionarse *y dar consejo*.

Los hombres se crían con la idea de que la conversación es un acto casi agresivo, un choque de egos. Nos llamamos por los nombres y usamos la charla como un campo de batalla de voluntades y opiniones. Ganamos cuando hemos intimidado a nuestro opositor cuando demostramos que somos más elegantes y tenemos más información. Más tarde las conversaciones se convierten en consejos que damos sobre todo desde ganado hasta coches, cada persona tiene que ganar dando el mejor consejo - ser el sabihondo. A menudo, los hombres obtienen placer de las observaciones ofensivas y picaduras al ego. Incluso más a menudo, la conversación se convierte en una competición de chulería.

Las mujeres, por otra parte, están socializadas para no hacer daño a los sentimientos de la otra persona (en su presencia.) Hablan de cosas entre ellas para compartir información y oír sólo sus pensamientos en voz alta. Escuchan el consejo que se dan las unas a las otras (pero no típicamente a como lo hacen los hombres.) También hablan de compartir drama y emoción.

En esencia, la conversación femenina es la moneda de uso corriente, mientras que para los hombres es un arma que se blande en alto.

El entendimiento de esto le ayudará cuando se sienta arrastrado por la misma clase de situación que el pobre Frank sufrió. Aquí está el modo correcto en que la conversación ***debería*** haber ido:

**Yolanda**: pienso hacer un curso de astrología el próximo año
**Frank**: ¿astrología, ¡eh!? Eso suena diferentes."
**Yolanda**: (encogiéndose de hombros) no estoy aun segura de ello. Pensaba hacer Marketing."
**Frank**: (ensancha sus ojos) ¿Marketing? Wow. ¿Por qué te interesa eso?
**Yolanda**: bien, no sé. Me gusta la parte sobre el descubrimiento de mercados para productos, y la investigación. Creo que podría ser buena en esto.
**Frank**: (saludando con la cabeza) estoy seguro de que serías buena. Sobre todo con tu talento para los números.
**Yolanda**: (sonrisa) ¡Gracias! Pero, sabes, ya que mi principal está en la contabilidad, debería atenerme a esto, ¿no crees?
**Frank**: (sonriendo con satisfacción) pienso que deberías mezclar la astrología con la mercadotecnia. Podrías pronosticar tus proyectos basándote en tu signo. O podrías ser un contable para un astrólogo. (Guiños).

La mayor parte de lo que Yolanda decía "sólo lo pensaba en voz alta." Realmente no hablaba en serio. Sólo quería una conversación interesante y dramática. Frank aprendió que el mejor acercamiento era hacer sólo preguntas y conseguir que ella hablara más. Yolanda no quería nada más que la oyeran, no que le solucionaran cualquier dilema sobre su importancia. Ella no necesitaba dirección o corrección. (¿notó cómo Frank usó el humor al final? Un poco de broma para Yolanda, y puntos extra para Frank.)

Se sorprendería de cuantos hombres toman parte en las conversación con mujeres de la forma en que lo hizo Frank arruinando sus oportunidades porque no dejar de dar consejos - o peor, *jactándose*. Una vez que consigue que ella se enfade o enoje, tiene la batalla perdida.

Si tiene que ser apreciado por su capacidad para reparar cosas, abra un garaje. Las citas y las mujeres son el último lugar para ser un sabihondo. Deje de lado su ego, y será el mejor negocio que haga.

No tiene que hablar como una mujer para comunicarse con ella, todo lo que necesita es controlar su necesidad de controlar y dominarse cuando habla. Ella habla para conversación, y usted puede, también.

## Cuestiones

En un momento u otro meterá la pata por las preguntas que le plantee una mujer, y lo más probable es que ya haya pasado por todo esto y asienta con la cabeza en reconocimiento amargo cuando lea esto. Las mujeres aman hacernos preguntas que nos pongan en nuestro sitio. Casi ninguna de ellas realmente tiene que ser contestada.

La desviación o evasión con humor es otro concepto importante. Las mujeres le harán preguntas todo el rato. Por regla general, nunca conteste a las preguntas de una mujer hasta que esté seguro de lo que ella *realmente le pregunta*. La mayor parte de esas preguntas son una especie de sonda que le provocarán intencionadamente de vez en cuando. Debe tener alguna disciplina para insertar aquella pausa entre estímulo y respuesta de modo que no le engañen. He añadido un apéndice de como contestar a estas preguntas. Sugiero que los memorice y los haga propios.

Muchas de las preguntas de las mujeres son pruebas:

- ¿Crees que ella es guapa? ¿Más guapa que yo?
- ¿Eres un jugador? ¿Te ves con otras mujeres?

Ellas **no** buscan la respuesta a estas preguntas. Lo más importantemente es que, ninguna respuesta que pueda darles sería correcta. ¿Por qué? Porque la verdadera pregunta detrás de éstas se reduce a: “¿puedo confiar en él? y después, “¿puedo saber rápidamente cuál es el error para que no me vuelvan a hacer daño?” (Ver: "Test")

El mejor modo de manejar una pregunta que no quiere contestar al principio es desviarla. Déjela fluir alrededor suyo. Use el humor y un toque delicado y ella captará la indirecta de que si sigue empujando con este interrogatorio, puede conseguir una respuesta que no quiera oír. Si insiste y le llama la atención, que pasará muchas veces, debe tener un modo bueno de cerrar la pregunta con confianza. Aquí un ejemplo:

**Tina**: ¿Ves a otras mujeres?
**Marco**: unas quince ahora mismo, pero menos desde la caída de las punto com
**Tina**: (sonriendo) “No, me refiero a si te estás citando con otras mujeres.
**Marco**: ¿por qué me lo preguntas?
**Tina**: Muchas, ¿verdad?
**Marco**: ¿Realmente me lo preguntas?
**Tina**: Vamos, tengo curiosidad
**Marco**: (dándose cuenta que no va a ceder, pone su mano sobre la de ella) Estoy seguro que ambos estamos un poco preocupados de si el otro es alguien de confiar, pero no me encuentro cómodo hablando de otra gente con la que me haya podido ver. No sé lo suficiente sobre ti como para hablar de esto francamente. Tal vez si llegamos a ser más que amigos.

Marco declaró exactamente cuál era su intención, sin disculpas. También logró arrojar un guante de desafío a Tina, diciéndola en efecto que él no estaba seguro de si ella era más interesante que un amigo. También lanzó una inversión inteligente, declarando que él no estaba seguro de si ella era de fiar también. Y logró dejar la pregunta sobre el estado de sus citas sin contestar. Otra cosa que Marco podría haber dicho en respuesta a la pregunta era: ¿por qué te sientes insegura? Esta pregunta incide sobre la causa primordial de la petición, pero tiene que ser dicha con mucho cuidado y sólo después de que ella ha mostrado que no se rendirá.

¿Qué habría pasado si Marco hubiera dicho "Sí"? Habría tenido que oír un juicio inmediato sobre él que podía haber sido cierto o no. Si hubiera dicho "No", ella se habría quedado un poco más preocupada porque habría pensado que él iba demasiado en serio con ella.

Cualquier pregunta puede ser manejada como hizo Marco, siempre y cuando esté preparado para contestar **con seguridad** sobre cómo se siente y que no va a ser intimidado o forzado a contestar sobre algo con el cual no está cómodo. ¡No parezca compungido o insincero! Simplemente declara de un modo agradable que no es un asunto de su incumbencia y luego pasar a otro tema.

## Discusiones

Como dije antes, las discusiones son necesarias para el funcionamiento sano de las relaciones. Proporcionan tensión dinámica y le ayudan a saber donde están los límites. El conflicto sano es necesario; es el combustible de las citas y las relaciones. Una buena discusión remueve la sangre y consigue más excitación. Una pareja que dice, “Ah, es tan maravilloso; ¡nunca discutimos!” están bromeando.

Cero enfrentamientos = cero pasión.

Una mujer comienza una discusión por uno de estos tres motivos:
1) Tiene un motivo de queja legítimo y está enojada
2) Siente una necesidad emocional de atención y drama
3) Ella está de mal humor o con síndrome pre o post menstrual.
(O cualquier combinación de estas tres.)

Dicho esto, pienso que a la mayor parte de los hombres les encantaría encontrar la llave mágica para ganar todas las discusiones con las mujeres. Tengo esta llave, pero no estoy seguro de que la solución vaya a gustarle. Esto funciona si sabe usarlo correctamente. Si lo hace bien, ganará su respeto y evitará el drama innecesario. Si lo hace mal, podría terminar pareciendo un debilucho. La solución es esta:

**Retrase cada discusión.**
**Y si no puede retrasarla, deje que ella gane.**

La primera clave es evitar el conflicto completamente. Puede cortar simplemente diciendo: “Anita, aprecio que quieras hablar de esto ahora mismo, pero no estoy preparado para discutirlo contigo. Hablemos un poco más tarde. Lo voy a pensar un poco más y volveremos a hablarlo” Probablemente ella no aceptará esto al principio. La naturaleza emocional de una discusión es que ella se sentirá muy predispuesta a destrozarlo ***ahora mismo***, y si usted no colabora, eso sólo será una razón más para pisar fuerte. Tiene que encontrar la raíz del asunto y resolver no ceder para no entrar al trapo.

La razón número uno para tratar de retrasar una discusión es que casi nueve veces de diez la discusión era sólo un arrebato emocional, y se disolverá solo sin necesidad de tener que entrar en una lucha por el poder. No tiene sentido malgastar energía en una situación que se aclarará por sí misma dejándola pasar.

La segunda razón del retraso consiste en que los hombres son incapaces de presentar una buena defensa a una mujer cuando son pillados con la guardia baja. Cuando la discusión aparece, no lucha contra en las mismas condiciones. Ella lanzará todo su ataque desde un punto de vista emocional, y le

arrastrará a usted también a nivel emociones. La desventaja que tiene es que los hombres sólo pueden discutir con eficacia *usando la lógica*, y así sólo entrará en otra lucha insensata - probablemente quedándose sin sexo. Los hombres tienden a reaccionar, más que a escuchar. Retrase hasta que pueda separarse del aspecto emocional de lo que ella dice y escúchela hasta el final, sin reaccionar.

Si absolutamente no puede evitar una discusión, debería entender entonces que el mejor modo de sobrevivir - intacto – es no **tratar de ganar la discusión**, sobre todo no del modo en que lo haría con otro hombre. Tampoco digo que le permita pasar por encima de usted. Lo que tiene que hacer es evitar entrar en un debate sobre quién tiene razón y quién está equivocado. S**iempre** perderá, aun cuando "gane". Cuanta más razón tenga, más se cerrará y cruzará sus brazos, y no conseguirá nada en un buen rato. Lo que debería entender es la sabiduría Oriental que dice:



**El junco que se curva no se rompe.**

Cuando se enfrente a una discusión, debe saber doblarse - como dejar pasar discusiones, en vez de chocar con su cabeza directamente.

De verdad, no le engaño, se necesita mucha autodisciplina para manejar discusiones. Yo todavía estoy trabajando en ello. Pero es mucho menos severo cuando puede evitar reaccionar y tomarse un segundo para hacer una pausa y ver que la cuestión A) por lo general es menos importante de lo que parece y B) no un ataque personal contra usted.

**Enfadarse**

Tenga cuidado con enfadarse cuando entre en una discusión. Los enfados son distracciones que le pondrán nervioso y permitirán que ella gane un apoyo superior, del mismo modo que los patos lanzan un montón de plumas cuando son amenazados. Tanto los hombres como las mujeres tienden a usarlo y aparecen cuando uno se acerca a la inseguridad del otro. Un ejemplo:

**Wanda**: Danny me gustaría que limpiaras el cuarto de baño de vez en cuando. Estoy harta de lavarlo después de ti.
**Danny**: lo limpié la semana pasada. ¿Recuerdas que íbamos a alternarnos en esta tarea?
**Wanda**: bien … no creo que estuviéramos de acuerdo en esto. Y, además, hablamos de pasar la aspiradora. Pero ya la he pasado yo dos veces la semana pasada.
**Danny**: pero no me diste una posibilidad de hacerlo. Tu sólo cogiste la aspiradora y te pusiste a hacerlo.
**Wanda**: Tuve que hacerlo, porque el pelo de tu perro está por todas partes del piso. ¿Por qué no lo cepillas fuera?
**Danny**: ¿*Mi* perro? Te gusta Buster tanto como a mí. ¿Por qué es mi deber pasar la aspiradora cuando tú te das cuenta que el pelo se amontona?

Ufff. Danny fue aspirado hacia el Infierno, directamente a los Eternos Pozos de Lava del Dolor.

Lo que hay que darse cuenta, es que la mayor parte de discusiones son una abstracción de la verdadera cuestión con la cual una mujer trata. La discusión le da una posibilidad de calentar las cosas y cocinarlas un poco antes de derramar la salsa de su descontento. A Wanda no le preocupaba el cuarto de

baño. Era una forma de pedir 1) atención (las discusiones a menudo están para esto) o 2) pasión y drama. Pero Danny se dejó llevar. Puede intuir esta clase de interminables escenarios de no-ganar cuando oye las palabras "y además" o pasar a otra cosa de su larga lista de problemas como mujer.

Se enfada para distraer. Por lo general aparece cuando la mujer siente que está en peligro de perder su atención o no es escuchada. Si ella se siente arrinconada, le hará enfadar como un modo de salvar la cara y desviar la energía del argumento hacia otra área. Cuando el enfado estalla, es un buen indicador de que ha continuado con su lado de la discusión. Puede haber demostrado que tenía razón, pero perderá si empuja con demasiada fuerza.

Si es absorbido en una discusión, la mejor cosa que puede hacer es lanzar sus propios dardos, pero no sobre temas que le mantengan discutiendo. En cambio, lance unos temas buenos sobre ella, y mire cómo su reacción se vuelve en asombroso silencio. Si ella se queja o le ataca, dele un elogio a cambio. Es totalmente contra intuitivo, y esto rompe sus esquemas. Llaman a éstos "*pattern interrupts*" interrupciones de patrones y funciona en casi cualquier situación acalorada y emocional. Use algo completamente absurdo para parar la dinámica de la espiral descendente.

Danny lo intenta otra vez con Wanda:

**Wanda**: Danny me gustaría que limpiaras el cuarto de baño de vez en cuando. Estoy harta de lavarlo después de ti.
**Danny**: lo limpié la semana pasada. ¿Recuerdas que íbamos a alternarnos en esta tarea?
**Wanda**: bien … no creo que estuviéramos de acuerdo en esto. Y además, hablamos de pasar la aspiradora. Pero ya la he pasado yo dos veces la semana pasada.
**Danny**: ¿lo hiciste desnuda? Me encanta cuando pasas la aspiradora desnuda."
**Wanda**: ¿yo … qué?
**Danny**: Estas tan sexy cuando haces el trabajo de casa. Consigues excitar todos mis cromosomas.
**Wanda**: (Sonriendo) ¡Para! Trato de enfadarme…

Lo que normalmente pasa en las discusiones, es que un hombre piensa que eso es una batalla en la que tiene que participar en lugar de mirar el asunto desde la distancia. Aquí está lo que realmente pasa bajo la superficie, y la razón de que siempre se sienta impotente:

**El hombre no pierde las discusiones por ceder y aceptar que ella tenía razón; pierde cuando pierde su autodisciplina y calma y ella gana el control consiguiendo ponerle a la defensiva.**

La mujer realmente no quiere ganar consiguiendo que usted ceda y confiese que está equivocado y pierda su dignidad. Sólo quiere expresar sus sentimientos y ser oída y entendida. Por eso cuando usted dice, "Sí querida, tienes toda la razón" no es suficiente. Ella no quiere la victoria del modo que los hombres la quieren.

**Su defensa número uno contra las discusiones es la de**

**no entrar en una postura defensiva.**

## Use el humor como una táctica para calmar

Con frecuencia las parejas entrarán en discusiones o desacuerdos delante de amigos o familia cuando un tema sensible aparece. Se sienten avergonzados que le ajusten las turcas delante de otros, y puede ser un momento muy incómodo para salvar la cara. Un buen estilo de manejar esta situación es reducirla con humor. Si ella saca algo que es inadecuado o comienza a hacerse emocional o enojada, puede desviarlo diciendo algo como:

"Cariño delante de los niños no" O "Esto nunca pasaba en 'La Casa de la Pradera', ¿no?"

Si las cosas realmente se ponen un poco fuera de control y tensas, reconózcalo con humor.

La llave es usar ese sentido del humor (y sus hermanos, las otras dos S) para mantener las cosas suaves y no abrasivas. Cuando estén en privado, puede emplear entonces otras estrategias para manejar su cólera.

Hay otra situación que se plantea con respecto a las discusiones, y es típicamente cuando el hombre encuentra que sus agravios siempre son casi rechazados. Todos nos hemos topado con una mujer que en algún momento u otro no puede aceptar la culpa o admitir la maldad de cualquier clase. De hecho, cuando le llama la atención, ella tiene una justificación para todo. Con esta mujer, no hay nada que pueda hacer para conseguir que le entienda.

En su mayor parte, esto es un mecanismo de defensa para proteger una autoestima muy frágil. Ella guarda su castillo y previene cualquier entrada ilegal cerrando con llave su puerta y nunca dejando a nadie criticar dentro. Por consiguiente, ella se muestra muy defensiva, y a menudo con la razón. Ella nunca se equivoca.

Estas mujeres son peligrosas para discutir en cualquier momento. Hasta que pueda descubrir el acercamiento correcto evitando el portazo de su castillo, terminará muchas noches frías y solas en el foso. Y hasta entonces, advierte como que anda sobre un campo de minas. Si encuentra a una mujer con un caso extremo de este síndrome, debería pensar en recoger su abrigo y sombrero y dirigirse hacia la puerta principal.

Siempre mantenga un ojo abierto para lo que es racional e irracional en las discusiones. Muy a menudo, las mujeres lanzarán cosas irracionales, con el único fin de discutir. Tropezará con usted mismo y perderá la calma, y ella ganará.

Una mujer siempre tendrá una lista de aparentemente buenas razones (excusas) de porqué ella hizo algo o porqué algo pasó. Todo es justificable para ella. Esto no significa que sea aceptable para usted. Depende de usted usar su nueva percepción sobre su comportamiento para ver si está siendo manipulado.

**Joe**: Ana, ¿por qué # &% @ me arreaste una bofetada cuando salíamos del restaurante?

**Annette**: Estas loco ¿Una bofetada yo a ti? ¿Después de sentarme en ese vestíbulo durante una hora mientras hablabas con esa amiguita del trabajo? Iba a coger un taxi. ¡Eso fue tan desconsiderado!

**Joe**: ¡Pero yo no ... hice ... que ... no, no!

Joey le permite desviar la discusión en lugar de centrarse en *su ofensa*. El caso es que ella trata de enmascarar este acto con una desconsideración menor por parte de Joey. Él tiene que retroceder y no resolver el acto de violencia física. Otra vez, la solución simple es controlar sus emociones y no dejarse distraer por los enfados.

Recuerde, no sólo porque alguien le pide perdón por algo, significa que tenga que *aceptarlo*.

# LO QUE LAS MUJERES REALMENTE QUIEREN

Ah, la pregunta histórica. Creo que he recorrido un largo camino para contestar esta pregunta, pero me gustaría resumirla aquí:

**La Clase de Hombre que las Mujeres Quieren:**

-Hará *pensar* a la mujer.
-Hará que la mujer se sienta excitada, atractiva y la activará cuando esté aburrida.
-Priorizará su vida y no dejará a nadie que le atropelle.
-Hará que ella se sienta importante con él.
-No tiene miedo de decir su opinión.
-La mantiene en estado de alerta a través del desafío (es decir, las Tres S: Seguridad en sí mismo, Autodisciplina y Sentido del Humor)
-Sostiene y mantiene un elemento **de misterio**. (Más desafío por revelación lenta)
-Es espontáneo.
-Le da mucho espacio y libertad, y mantiene su propio espacio.
-Es su amante, no su hijo.
-Es un Romeo, no un Fabio.
-Es cortés, es decir, es lo suficientemente confiado de dar a una mujer lo que quiere.

Las mujeres necesitan muchas cosas de un hombre. Estas necesidades son la moneda corriente de las relaciones, da cosas y recibe otras, cuantas más dé, mayor saldo tendrá en su cuenta para el futuro.

Seguramente ha estado confundido la mayor parte de su vida sobre lo que las mujeres quieren porque parece que siempre dicen una cosa y luego significa otra. A ellas, sin embargo, esto no parece extrañarles en absoluto. Comunican cosas que ni ellas mismas entienden. Las mujeres no hablan en el código; hablan sólo con una parte de su cerebro que a los hombres les cuesta entender. Cuando ella dice que quiere a un "buen chico", realmente está hablando la parte emocional de su cerebro - la parte sin un leguaje verbal verdadero - quiere a alguien 1) que no le haga daño (confianza) y 2) alguien atractivo para ella, no un debilucho que tenga problemas decidiendo qué pedir de un menú. Ella sabe lo que hace su confianza, pero no siempre lo que hace que se sienta atraída por un hombre.

La mente emocional de una mujer se parece a un subwoofer para bajos: todo resonancia y emoción, pero muy pocos sonidos realmente entendidos o inteligibles. Ellas hablan de un modo abstracto e indirecto porque no hay una conexión directa entre estos "altavoces" y su cerebro de hombre.

Aquí, entonces, las cualidades que una mujer quiere en una relación. (*Recuerde*: Ahora que lo sabe, no puede hacerse el tonto. No diga que no se lo advertí.)

- Seguridad - Confianza
  - Emocionalmente estable
  - No violento
  - Buen carácter ("no duerme alrededor")

- Apreciación/Afecto - para sentirse única y especial
  - Da masajes/baños
  - Le hace regalos (de vez en cuando) cuando se lo gana
  - Abrazos

- Drama/Intriga
  - Hablar por hablar/Compartir drama
  - Carga emocional

- Tres S = Desafío
  - Seguridad en sí mismo
  - Autodisciplina
  - Sentido del humor

- Comportamiento consecuente (en un compañero a largo plazo)

- Seguridad
  - Proveedor
  - Leal

- Diversión/Entusiasmo
  - Ser diferente.

- Misterio
  - Revela información progresivamente.
  - Le hace bromas y la trata como una persona normal, no como una diosa.

## Las Mujeres Quieren Sexo

Hasta hace veinte años más o menos, había una idea falsa comúnmente sostenida de que las mujeres eran frígidas por naturaleza y no tenían ningún interés por el sexo. Esta falacia salió de hombres que pensaban que una mujer pospone el sexo, sólo para conseguir lo que quiere –un marido fiel que provea.

Las mujeres quieren el sexo tanto como hombres, sólo tienen un calendario diferente y exigencias antes de hacerlo. Hubo mucha liberación sexual para las mujeres, y aunque haya muchas mujeres que practican el sexo ocasional, todavía son programadas desde el nacimiento con el miedo de ser etiquetadas como promiscuas. La etiqueta de “puta" todavía es un miedo fundamental de casi todas las mujeres, y es probablemente el más indiscutible de los juicios que una mujer puede sentir sobre su valor. Para evitar pensar en ella como una puta o “fácil", maneja su disonancia cognoscitiva de varios modos:

- Querrá probablemente esperar hasta la tercera cita para acostarse con usted - y esto es si las cosas van muy bien. Hay una cierta norma cultural americana aceptada en los últimos años que dice que el sexo es generalmente aceptable (a veces esperado) en la tercera cita. Por último, sin embargo, *cuando* tiene sexo será dictado por *su nivel de confianza y atracción hacia usted.*

- Ella se apagará por cualquier suposición abiertamente sexual (tanto física como verbal), aun cuando ella quiere el sexo y le gusta el *dirty talk.* En su mente, ella quiere mantener a su elegante

personalidad, y no debería desafiar esto. Déjele que sea ella quien vaya sacando los temas sexuales.

Ella no necesita ninguna racionalización lógica para irse a la cama. Esta racionalización - poniendo todos los motivos en una lista de por qué debería acostarse con usted, incluso ser insistente - no funcionará, y a menudo le saldrá el tiro por la culata. Ella tiene que ***tener ganas*** de acostarse con usted por sus emociones, no por su mente racional. Recuerde, la gente toma decisiones emocionales y luego las sostiene más tarde con la lógica.

Cubriremos el sexo en el capítulo final.

## Vulnerabilidad / Honestidad / Riesgo / Revelación Emocional

Una de las cosas que las mujeres han promovido como uno de sus deseos superiores es un hombre que tenga un nivel de vulnerabilidad, alguien que pueda expresar sus emociones. Esto sólo es verdad parcialmente. Los hombres se equivocan cuando confunden la revelación y la honestidad con la sobreexposición y pérdida de postura. Los riesgos son necesarios para avanzar en una relación, pero hay un límite sano.

Al principio, sólo debería revelar aquellas cosas sobre usted que aumenten la atracción de la mujer. Si le dice algo como que mataba ranas con un bate cuando tenía ocho años, pues no le va a importar cuán arrepentido esté, ella va a marcar esto contra usted. Su honestidad puede registrarse en la conciencia de la chica, pero son sus *sentimientos* los que dictarán su atracción e interés sexual hacia usted. Tiene mucho tiempo para contarle cosas de su infancia, sobre todo cuando ambos decidan ir más allá de una simple cita ocasional. Por el momento, las cosas negativas siempre la repelerán.

Recuerde, nunca mienta, pero tampoco diga *demasiado* la verdad. ***La discreción*** es más respetada que ***la confesión***. Guarde su necesidad de absolución para un sacerdote.

Los riesgos, por otra parte, consisten en lo que tendrá que hacer para ganar la confianza de la mujer. Arriesga cuando le pide que le acompañe a una tienda de discos; ella arriesga yendo. Se arriesga cuando le habla de sus gustos musicales; ella arriesga hablándole sobre su colección de Barbies. Se arriesga cuando le va a dar un beso de buenas noches; ella arriesga besándole. Usted arriesga, ella arriesga. Ida y vuelta.

Si después de un tiempo, no consigue riesgos por parte de ella, debe circular. Los riesgos mutuos permiten la confianza, y esto permite que usted progrese a lo largo de la secuencia de las citas. Si usted contiene el riesgo, está en punto muerto, y con poca probabilidad avanzara con eficacia. El riesgo establece la confianza, y la confianza es una exigencia.

¿Cuál es la fuente de alimentación detrás del riesgo, puede preguntar? Estoy seguro de que ya la sabe.

**Seguridad en sí mismo, Autodisciplina y Sentido del humor.**

Cuando su miedo a perder está dentro en su confianza, tiene la capacidad de asumir un riesgo. Cuando no consigue ningún beneficio de su inversión, tiene la disciplina de sacar provecho a esta experiencia y pasar a algo mejor. Y todo el tiempo, su buen ánimo le impide tomar la situación (y a sí mismo) demasiado en serio.

## Test

Una cosa que una mujer hará es probar su obediencia. Los test se centran en averiguar si usted realiza lo que ella quiere y si es un hombre débil que necesita conseguir sexo. No hace esto porque sea una mujer fría y dominante; lo hace porque tiene que averiguar si usted puede ser eliminado tan pronto como sea posible y no arriesgar su corazón. Así podrá averiguar de qué está hecho, y también si será ella quien lleve la voz cantante en la relación (aburrido) o si usted demostrará ser la columna vertebral y tener la confianza en sí mismo necesaria (interesante y atractivo). Es un juego de poder, puro y simple. Ella trata de establecer dónde están sus límites, tanto en comportamiento como en respeto, ¡así que no suspenda estas pruebas! La mayor parte de las mujeres hacen estos test a un nivel muy subconsciente, mientras otras podrían probarle a propósito. No cometa ningún error - será probado en algún momento. Debe defender el comportamiento correcto o perderlo para siempre.

Las pruebas también son una especie de atajo. Algunas mujeres están ya cansadas y se muestran más cínicas que otras, pero todas tratan de eliminarle del proceso tan pronto como sea posible para no perder su tiempo (esto es algo que usted también hace, pero de una manera diferente). Su primera preocupación cuando ella le conoce es averiguar si usted es seguro para mantenerlo cerca, eso incluye también ser emocionalmente seguro. Ella no le dará su valioso afecto y amor si parece un tipo que la hará daño.

Existen dos motivos entrelazados por los cuales los hombres fallan las pruebas femeninas:

1) No reconocen los test.
2) Tienen miedo de enfrentarse a ella cuando realmente los reconocen por miedo a la desaprobación y el rechazo.

Si no se enfrenta a sus pruebas terminará suplicando, la postura que tiene un millón de hombres faltos de carácter, esclavizado para cumplir con una mujer por miedo de volverla loca. Si prefiere la otra opción - y espero que la tome - comience a señalarlos cuando los vea. Recuerde, ella no puede respetar a un hombre que puede controlar y manipular, simplemente quiere respetarle.

Su mejor defensa es su sentido del humor, apoyado con una dosis letal de seguridad en sí mismo cuando sea necesario. Nunca reaccione a nada. Siempre tómese un segundo para rascar su barbilla y arrugar su frente. El tiempo que se toma para pensar podría ser lo que le salve de reaccionar y cometer un error penoso.

Para la primera situación, no reconocer los test, le voy a echar una mano. Hay muchos tipos de test que una mujer la hará a lo largo del camino. Aquí están algunos:

- *El Test del Cambio de Reglas*: un favorito de las mujeres en todas partes, esta prueba aparece como una influencia sutil en una situación y puede parecer inocua al principio, pero es un gradual intento de comprobar la influencia que ella tiene en usted. Los cambios casi siempre se deben a la conveniencia de conocerse. Aquí está lo que pasa:

  - Establece una cita para encontrarse con Denise a las 7:00 porque quiere ver a un autor local en una librería. Ella le llama a las 6:45 y le pide que se encuentren en otra tienda en vez de verse en la que usted planeó, y así caminar juntos. Esto le hará probablemente llegar tarde. ¿Qué hace? Lo mejor es rechazar su oferta cortésmente y decirle que usted planeó ver a este autor a las 7:00. El encuentro con ella en este otro lugar pondría en peligro su posibilidad de conseguir un buen asiento. Dígale que se verán donde planeó, y que le guardará un sitio mientras llega.

- *Test de la descortesía*: Éste viene con dos sabores; sutil y no tan sutil. La descortesía de alguien - sin tener en cuenta el género - nunca debería ser tolerado. Cuando les llama la atención (utilizando su sentido del humor para no quedar como un idiota), recobrará el respeto tanto de hombres como de mujeres. Aquí está lo que pasa cuando una mujer usa la sutil descortesía:

- Ella a menudo hará un comentario ocasional que podría ser considerado un insulto u observación ofensiva, como: “Bien, creo que si no has estado esquiando mucho tiempo, es porque las pistas grandes te asustan.” Suponiendo que el tono implica que ella no le daba sólo una broma bondadosa. ¿Su respuesta? Hace una pausa durante un segundo, sonrisa satisfecha, la mira directa y pregunta suavemente, “Bueno ¿qué quieres decir con eso exactamente?” Le dará un codazo muy suave, diciéndole que es consciente de que ella ha podido equivocarse, y le da una posibilidad de salvar la cara. A menudo, ella corregirá y pedirá perdón, pero de vez en cuando se encuentra con alguien que sólo piensa que ellos son muy graciosos, y profundizan en el agujero. “Sólo supuse que si no eres muy bueno, deberías empezar en la pista de los principiante. Odio tener que esquivar a alguien que no puede esquiar para salvar su vida.” Esto puede ser una tentativa de provocarle para una discusión, y es fácil dejarse llevar. Más tarde aprenderá que las discusiones nunca se ganan, entonces su mejor defensa es cortarla por las rodillas con algo de humor. “¿De veras? ¿Eres tan buena? Debes de ser una esquiadora de las que envidio. ¿Das clases, o estas preparándote para las Olimpiadas?” Entregue esto con una sonrisa. Si ella se ofende o enoja, es que trata con una mujer que es probablemente rígida y maliciosa, y no necesita nada de eso.

- En caso de una descortesía declarada, marque sus límites y deje su postura bien clara. Si acepta el maltrato de una mujer (o de alguien más) merecerá todo lo que le pasa. Antes le mostré cómo manejarse con una sutil descortesía, pero en cuando oye que ella dice algo que es descaradamente un insulto u observación ofensiva, como: Christian le contó a Liz su dificultad con las pistas grandes y una caída que tuvo. Ella contesta, “Bien, ¿qué esperabas que te iba a ocurrir? Evidente tonto.” Incluso de ser velado bajo la risa o un comportamiento humorístico, esta clase de “alegría" por su parte es irrespetuosa, grosera y debería ser corregida inmediatamente. La respuesta de Christian es: “Liz, me has impresionado por tus buenos modales… hasta ahora. No encuentro las observaciones ofensivas atractivas, y espero más respeto. Tu también deberías esperar lo mismo de mí.” Christian debería ahora decidir si quiere terminar la cita o darle otra posibilidad. Ella puede querer también terminarla, y eso es un indicativo de que Christian iba a tener a alguien que no iba a darle un nivel mínimo del respeto. Parece que muchas mujeres creen que las faltas de respeto que ven de acá para allá por la televisión son aceptables en la vida real, y depende de usted enseñarle que esto no va con usted. La clave de esta estrategia es asegurar que la corrige en un tono cortés y no enojado o defensivo. Si aparenta que le ha hecho daño, ella pensará que usted es inseguro y que le ha conseguido. Recuerde: Seguridad en sí mismo. Tan pronto como aclara la situación, cambie a un tema ligero y vuelva al modo amistoso un rato. Ella puede no saltar inmediatamente a su nivel, pero dele un poco de tiempo.

- *Los Test de Pasivo/agresivo* - (llegar tarde a una cita/cambio de planes)

- Una prueba que hacen con frecuencia es la de llegar tarde o cambiar los planes. Di un poco de información sobre cómo manejar la estrategia del cambio de planes, pero algo voy a decir sobre llegar tarde. Las mujeres son, por naturaleza, tardonas. Ellas llegan tarde a casi todo, y siempre hay una excusa (no había aparcamiento, en el último minuto

me llamaron por teléfono, caviar derramado en el vestido, etc.) es inútil luchar contra esto, sería negar la realidad: Ella llegará tarde de una forma regular. De este modo, si aceptamos esto como un dado, aquí está su mejor opción:

- En primer lugar, si tiene un acontecimiento al que asistir, siempre puede decirle que es una media hora antes de lo que realmente es. Si ella le llama la atención sobre esto, sólo dígale que leyó mal el horario. O, prepárelo de modo que ella tenga que recogerle en su casa por encima de una hora particular, teniendo en cuenta su tardanza probable. Así minimiza la molestia haciendo cosas en casa mientras espera, en lugar de sentarse en el sofá *de ella* mientras ve cómo va de aquí para allá preparándose, y su gato le mira a través de la habitación.

- En segundo lugar, si lleva su hábito de retraso demasiado lejos (es decir, con frecuencia de más de veinte minutos o más), tendrá que ser firme. Dígale con antelación que quiere llegar a una hora determinada, así, podréis salir juntos a una hora o ella puede encontrarse con usted allí. Si ella llega tarde, puede dejarle una nota en la cabina de teléfono, o pídale que le llame a su móvil cuando llegue.

- Después, cuando ella tire del juego "yo corría", debe ser firme en la explicación de su posición. Si ella llega tarde a su casa, debe decirle que esto es inaceptable, en términos claros: "mira, Ronda, entiendo que no estés acostumbrada a hombres que son puntuales, pero no tengo intención de llegar tarde a este acontecimiento. Considero esto una falta de respeto hacia mí y al tiempo y energía que puse en la organización de este acontecimiento especial para nosotros. Si no puedes estar lista en 5 minutos, llamaré a otra persona para ir conmigo." No debería haber ninguna cólera de su voz, o ningún tono reactivo. Lo dice simple y llanamente. Indudablemente, esto puede parecer áspero al principio, quizás hasta "inflexible" (algunas mujeres le dirán eso casi seguro) El tema no es si es tolerante o no, sino si es **respetado**. Debe ser inflexible de vez en cuando para asegurar que es respetado. En mi experiencia, la mayor parte de los hombres son demasiado tolerantes y relajados, algo que no es muy propicio para la atracción de una mujer. Es atractivo para otros hombres, pero no para las mujeres.

- *El Test de las Preguntas*: ¿parezco gorda? Etc.

o Hablamos antes de cómo manejar preguntas, y la mayor parte de ellas son estándar. He incluido algunas de éstas en los apéndices para que pueda examinarlas. No siempre puede conseguir exactamente la misma reacción, espere a identificar el test detrás de sus palabras cuando le pregunta por su opinión.

- *La Subordinación como Test principal, o la Necesidad de Cambiarle*

o Es sutil y a menudo muy insidioso. Surge cuando tiene una afición o un pasatiempo del cual disfruta y es una prioridad en su vida. Para algunos es tocar la guitarra, arreglar coches o ver el fútbol. Una mujer quiere subordinar sus prioridades y ponerse por encima, y ella se pondrá celosa de algo que la desplaza. De esta forma calibra cuán importante es ella para usted en su

clasificación de prioridades. Si ella puede conseguir que deje de lado algo importante para usted para ocuparse de ella, logrará establecer que ella es importante para usted. Cuanto más puede, mejor se siente. Lamentablemente, si usted la coloca por encima de sus aficiones, no demostrará ser ningún desafío, y ella lo poseerá. También mostrará que no tiene ninguna vida más allá de ella, y que es un debilucho. Si ella no está satisfecha por quién es ahora mismo, sólo le espera la pura miseria cuando ella acabe de moldearle según su visión.

- El mejor modo de manejar este test es comenzar por incluirla a ella en sus aficiones directamente desde el principio. Desactive la competición. Haz de tu opositor un potencial aliado. Haciéndola entrar en ellas, establece que es un hombre seguro de sí mismo con una vida fuera de las citas, y ella puede tomar parte en su realidad. Si ella no muestra ningún interés por sus pasiones, puede decidir si quiere seguir citándose con ella.

- Si más tarde ella se opone a sus aficiones y pasatiempos, tendrá que ser capaz de ponerse firme y demostrar su seguridad en sí mismo y resolución. Le dice que tiene intereses que no necesariamente la incluyen a ella o su aprobación. Si ella tiene una cuestión fuerte con esto, le dice que tendrá que tomar una decisión sobre si le gustaría mantenerle a usted en su vida.

** Esta última táctica es muy eficaz cuando tiene que demostrar su independencia y seguridad. Cuando puede decirle a una mujer que ella es libre de quedarse o marcharse, y que usted le da la iniciativa de decidir qué hacer con sus creencias, está haciéndole una declaración potente. Demuestra que no se aferrará, y es bastante seguro de sí mismo para establecer en qué cree. Si puede comunicar esto en cada confrontación con una mujer, siempre ganará.*

Tenga cuidado de las reacciones de ella cuando lleguen los Test. Recuerde: Mamá no está enfadada con usted. Ella sólo está reaccionando a su demostración de autodisciplina y seguridad en sí mismo, del mismo modo que un niño hace cuando no consigue su caramelo. Ella gritará durante unos minutos, pero cuando se calme, le respetará más.

## Hágales un Test

Esta es una conducta femenina que pienso que nosotros los hombres podríamos tomar y usar para nosotros. Va a necesitar agallas, pero vale la pena.

Lo que propongo es que los hombres tienen que comenzar a probar a las mujeres, y tan pronto como sea posible. Nuestro tiempo es valioso, como nuestro dinero y nuestras oportunidades de aportación emocional. Cuanto más rápido averigüe si esta mujer es una No-Gracias (también conocido como “darle la patada”), más rápido encontrará a la señorita Sí-Por favor.

Aquí están mis ideas para los Test masculinos: (y por favor, dese cuenta que estos Test son tanto para su ventaja como para la *de ella*.)

- **¿Es una buscadora de oro?** - Amigos, afróntenlo; el dinero es el equivalente a la excelente capacidad de caza y de una cueva agradable del Neanderthal. Las mujeres todavía buscan nuestra capacidad de proveer, no importa cuánto trabajan para igualarnos y cuantas carreras tienen. Hay más estudios de los que puedo señalar que muestran como las mujeres están insatisfechas con su nuevo estilo de vida “empresarial”. No es que las mujeres no sean 100 % capaces como los hombres, pero la satisfacción de una mujer nunca se ha centrado exclusivamente sobre su capacidad para ganarse el pan. Una mujer está muy orientada hacia la familia y todavía quiere representar su papel intrínsecamente femenino. Ellas todavía quieren saber que usted puede asegurarlos, siempre y cuando ellas quieran diseñar una pequeña familia agradable. ¿El Test? Sus dos a tres primeras “citas” deberían ser baratas y divertidas - énfasis en **la diversión**. Proporcioné antes algunas ideas en el libro. Si ella actúa decepcionada por lo que ha planeado, y sospecha que es porque no le ha comprado una baratija o no va a gastar una fortuna en una comida en el palacio Wolfgang Puck de la alta cocina, entonces tiene que darle la patada. No sea demasiado barato, pero tampoco demasiado pródigo. También sea parco sobre la descripción de su trabajo en términos que le permitirían a ella calcular su sueldo. Dígale que está satisfecho con su trabajo, no el hecho de que es un banquero especialista en inversiones. ¿Lo logrará? (También tenga en cuenta que la curiosidad en general sobre su potencial como proveedor, no siempre está relacionado con una buscadora de oro. Ella puede necesitar la última prueba puesta en la lista de abajo.)

- **¿Es una aburrida?** ¿Alguna vez se ha citado con una mujer tan divertida como una endodoncia? Todo comienza a las mil maravillas y entonces ella comienza a crisparle los nervios. Su nivel de interés comienza a bajar en picado, y el sexo, ***si*** lo consigue, comienza a perder interés. Seamos claros: la mejor relación es donde su chica es fácil de llevar y divertida para relajarse, no como una tarea. Intente imaginar cincuenta años con esta chica a su lado y tendrá un poco de perspectiva. ¿El Test? Usted tiene que presionar algunos de sus botones, delicadamente al principio. La broma es un gran principio. La broma también prueba su amor propio así como su sentido del humor. Si ella es insegura, su reacción será retirarse y ser distante. No debería reaccionar tratando de consolarla si esta es su reacción de ninguna de las maneras. Un sencillo “¡Estaba bromeando!” o “¡Relájate!” debería ser suficiente. Tenga cuidado, no la insulte. La broma amable es un gran test para comprobar su autoestima. Si se pone realmente a la defensiva… tenga cuidado.

- Otro test para comprobar si ella es una aburrida es sugerir (algún día alrededor de la segunda o tercera cita) hacer algo que sea más de *tu* interés, y no necesariamente del de ella, pero todavía divertido para los dos. ¿Cómo reacciona ella? Lo que buscamos es *la flexibilidad*. Si ella se queja sobre ir a la piscina, o al parque a sacar al perro o sacarla de su zona de comodidad, ya puede imaginar un futuro limitado. El crecimiento aquí es improbable, y se sentirá ahogado muy pronto.

- **¿Es consecuente/estable/sana?** - Si hay una cosa que le dejará en el borde de la crispación emocional, es subir en su montaña rusa. El comportamiento inconsecuente es la receta segura para su miseria. Por lo general no tendrá que probar la estabilidad, sólo mantenga los ojos abiertos para el comportamiento errático o loco. Las banderas rojas le dirán todo lo que necesita saber - *si hace caso de ellas.*

- **¿Tiene buen carácter?** - Quiere a una buena mujer con integridad. Punto fundamental. ¿La prueba? Hay muchas. Vayan a una tienda de helados. Dele un billete de 5 y pídale un cono de chocolate mientras va al aseo. Cuando regresa, observe si ella le devuelve el cambio. La mayor parte de la integridad y buen carácter se perciben a un nivel intuitivo. No siempre puede estar al tanto de los detalles, pero sabe bien cuando ella hace algo que huele mal. Confíe en su intuición, le defraudará raramente.

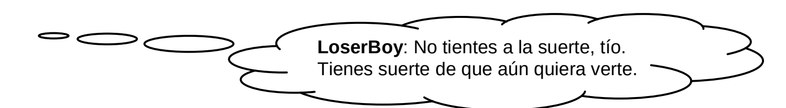
- **¿Es una Mujer con Programa?** – Hubo una reciente encuesta online en CNN.com (que realmente nadie podía haber entendido con una pizca de sentido común) que decía que los hombres eran los que más esperaban para casarse, y por lo tanto las mujeres eran las que iban al acecho de boda. Cuando una mujer llega a sus últimos años de la veintena, su reloj hace tictac FUERTEMENTE. Oiga, la realidad es que los hombres y las mujeres debemos procrear en alto grado o la especie humana morirá. No hay nada incorrecto con esta necesidad, pero puede no ser lo que busca. ¿Cómo prueba a la Mujer del Programa? La mejor forma es iniciar la conversación sobre su familia y escuchar lo que dice sobre ellos. **Escuchar**. ¿Enfatiza ella su familia? ¿Sus sobrinas o sobrinos? O habla de su viaje en motocicleta por el Gran Cañón. ¿Ella **ama** al nuevo bebé de su amiga? ¿Parece que ha puesto las cosas "en espera" hasta que aparezca alguien que le salve el culo? O su vida pasa de todos modos. Preste atención a las segundas intenciones de sus preguntas. ¿Le pregunta sobre su cueva y su capacidad de caza? Puede ser observado como un proveedor. Un test activo podría ser sacar el tema del matrimonio de un modo muy general y con cuidado observar sus palabras y lenguaje corporal. Háblele sobre cualquier amigo suyo que está a punto de casarse y vea como ella reacciona. O hágale caritas a un niño pequeño y diga que son "tan monos" Vea lo que ella dice sobre esto.

- **¿Da tanto como recibe?** - Uno de los rasgos más importantes que una mujer debería tener es su capacidad de dar. Hay donantes, hay interesados, pero idealmente quiere a una donante y una tomadora. Ella debería complacerle tanto como lo hace usted con ella. ¿El Test? Lo he llamado la prueba de la cerradura. Al principio, cuando conduce, asegúrese que abre la puerta para ella y le deja sentarse en el coche primero. Camine por detrás de su coche despacio y obsérvela. ¿Intentó ella abrir su puerta? Dele unas cuantas oportunidades por si estaba nerviosa, pero es un indicador bastante bueno. Otra prueba buena es darle un masaje en la espalda. Entonces, en otra ocasión

cuando ha decidido que ella no es demasiado tímida para tocarle, saque la conversación de que tiene el cuello y los hombros rígidos. ¿Le mira con compasión y le quita importancia? O se ofrece para darle un masaje. Por la tercera o cuarta cita, ella debería saltar para tocarle si ha estado haciendo su trabajo de atracción. Si ella no se ofrece para ayudarle y hacerle más feliz ahora, imagine cómo será en unos años.

La Verdad es que todos tenemos formas de averiguar si una persona es buena o mala para nosotros. En lugar de quedarse en una relación por cumplir (es decir, citándose con ella hasta que no puede más), debería mantener sus ojos abiertos hacia los comportamientos y rasgos que ella tiene y asegurarse que son los que quiere. Ella le prueba a lo largo del camino, y usted debería hacerlo también.

## Mecanismo de Inversión




Las mujeres **quieren** hacer cosas para usted. Esta es una de las formas que tienen para mostrar su interés. Muchos hombres huyen de pedir a las mujeres favores o ayuda, y haciéndolo así dejan pasar una gran oportunidad de aprovechar el mecanismo de inversión de una mujer.

Pídale un consejo, o recoger algo mientras está de viaje. Pídale que pase por aquí y le cambie las bujías. Dígale que busque un buen restaurante italiano en la parte de la ciudad en que ella vive de modo que pueda hacer las reservas. Pídale prestado una chaqueta o un paraguas si llueve. Que pasee a su perro.

No digo ser una sanguijuela o comportarse como un gorrón. No tome prestado dinero, o pida usar su garaje para practicar con su banda de rock. Sea considerado, y asegúrese de corresponder de algún modo para que ella sepa que usted merece su confianza. Llévela a almorzar o a tomar una copa. Esta estrategia le permite obtener más confianza cuando demuestra su capacidad de transacción en la moneda de las relaciones. Esta estrategia también le envolverá más emocionalmente a usted, porque nos conectamos más con aquellos para los que hemos hecho cosas o ayudado de alguna manera.

## Tus Padres

Lamento decirle esto, pero su mamá ensució su cabeza. Su papá también tiene parte en esta programación, pero le perdonaré por el momento ya que él no tenía la información que le voy a pasar. Verá, todas aquellas cosas que mamá le dijo sobre lo que las mujeres quieren y como tratar a las chicas y las mujeres son más o menos **incorrectas**. Su búsqueda de aceptación y complacencia de mamá ha deformado su visión de lo que las mujeres quieren.

Cuando era joven, su madre probablemente le castigó por bromear y burlarse de las muchachas. Ahora, usted sabe que esto hacía que aquellas chicas estuvieran más interesadas y atentas, pero su madre le dijo que estaba equivocado, y que “esto no es lo que hace un caballero” Ella tenía parte de razón, pero no en la broma y tratamiento. Las mujeres quieren ser conmovidas y entretenidas por la presencia de un hombre gracioso, confiado y auto disciplinado que ellas puedan respetar. Ellas también quieren que él la desafíe, y no la ponga sobre un pedestal para adorarla. Lo que probablemente le pasó a la pobre mamá es que olvidó el romance en el matrimonio, y no sabía expresar con palabras lo que la atrajo a su papá en primer lugar. Desde entonces, ellos se han divorciado o han perdido el verdadero fuego entre ellos. Ella

no quiere que usted cometa los mismos errores, pero no entiende que la broma y el empuje a la diversión son modos válidos de alimentar la atracción de una mujer.

A menos que usted vea a su mamá y papá con la clase de matrimonio que usted quiere, *no escuche lo que ellos le dijeron.* Es sólo mala información involuntaria que le aturdirá. Lo que su corazón le dice, es **Verdad**. Practique estas estrategias, y entienda que sólo por las Tres S puede conseguir su objetivo de hacerse un Hombre Dinámico - la clase de hombre por el cual las mujeres se sienten atraídas.

# CITAS DISFUNCIONALES

Hay muchas trampas en las cuales puede caer con mujeres, y le daré algunos instrumentos para reconocerlas y manejarlas mejor. Si no hace caso de estos aparentemente pequeños hipos a lo largo del camino, descubrirá que ellos se ulceran en el centro de su actitud y sentimientos hacia ella, y las cosas descenderán en una espiral negativa. Si quiere un gran ejemplo aprenda de los romances de las estrella de Hollywood (**no** sus películas) y observe lo que funciona y lo que no. Viendo las proezas románticas de cualquier actor joven es como ver un documental de cada disfunción que imagine.

## Estados de Ánimo

**“Antes de hablar piense, o sufra por sus palabras”**

Los estados de ánimo son una parte fundamental para comprender a las mujeres. Estos estados son los cambios de emociones que experimentamos de momento a momento. Los estados anímicos son los que colorean su experiencia. El mundo parece oscuro y deprimente cuando está abajo. Cuando sube, hasta una lluvia torrencial puede tener un significado inspirador.

Los estados anímicos se mueven por sí solos. Si ha tratado alguna vez de agarrar una pelota de fútbol [americano] cuando está rebotando, ya tiene una idea de cómo los estados anímicos pueden ser de imprevisibles - sobre todo con las mujeres. Usted no puede controlar el suyo fácilmente, pero *puede aprender cómo funcionan*, *y como sobrellevarlos*. Verá, el mayor problema que tiene la gente con los estados emocionales, es tener la autodisciplina para **no** tomar decisiones durante un mal momento. Mencionamos esto brevemente en la Rueda de la Confianza. Puede parecer contra intuitivo al consejo aquel sobre que debía tomar acciones, pero recuerde que quiero que deje atrás tanto análisis y pensamiento inútil. Esta estrategia le aportará grandes resultados cuando pueda aprender cuando *no* tomar medidas.

Cuando se siente de bajón o desalentado, las acciones que toma reflejarán su humor. Su cerebro tiene un dispositivo interno que atribuye a ciertos sentimientos y estados negativos una urgencia, haciéndole sentir que **debe hacer algo** para salir de este estado emocional pésimo. Lo lamentable de hacer esto inmediatamente es que mira el mundo a través de un punto de vista sesgado e inexacto cuando está en un estado bajo o malo. Cualquier cosa que sea susceptible de sabotear su éxito, no le ayudará. Esto se parece a la tentativa de andar por la cornisa de un edificio mientras sus lentes de contacto están borrosas. Debe parar y esperar a que su visión se aclare, de modo que pueda andar sin preocuparse de caer a su muerte.

En la sección “Hacer Lo que Sabe que Debe,” usé el ejemplo del tipo que pierde el control cuando intenta llamar por teléfono a la mujer. Él demuestra un estado de seguridad en sí mismo desesperado, bajo y con baja autodisciplina. Es una víctima de su propio pensamiento, y el único camino es concentrarse en los resultados que él quiere conseguir.

La mejor regla para manejar sus estados emocionales es:

**Espere hasta que pase su mal estado antes de que haga algo que pueda lamentar. Si hay algo que realmente tenga que ser dicho o hecho, todavía querrá decirlo cuando esté de buen humor.**

Y:

**Cuando dude del posible impacto de sus acciones hacia una mujer, no hacer *nada es* lo mejor.**

En cuanto a los estados emocionales de una mujer, lo mismo es verdad. Compórtese como si ella acabara de tomar una medicina alucinógena extraña. Esta medicina la hace decir cosas locas, cosas que ella no quiere decir realmente, y esto la somete a toda clase de deformación y comportamientos feos. Los efectos duran unas horas, y estará asombrado de su vuelta. Ella se retractará de todo y a menudo pedirá perdón por lo que dijo. Ella no puede controlar estos pequeños episodios más de lo que usted puede; es sólo que ella los tiene más a menudo.

(En cuanto al síndrome premenstrual: debería tener cuidado con una mujer que está sujeta a demasiadas oscilaciones de humor. Podría tener un desorden más profundo, o una necesidad de medicación durante el tiempo que precede a su período. El mejor consejo es evitar totalmente a las mujeres que tienen episodios extremos de humor relacionados con el período- a menos que sea Gandhi. Son turbulentos y perjudiciales en cualquier relación, y recobrar el control de su propio estado antes de que pueda enfrentarse a ellos en igualdad de condiciones.)

## No Conteste a las Preguntas de una Mujer

He dicho esto antes desde otro punto de vista, pero debe estar en guardia para evitar ser pillado en la trampa de contestar a una mujer cuando ella le hace una pregunta. Cuando ella le hace una, no siempre busca la respuesta. En la mayoría de los casos está pidiendo algo más, pero ella tiene que ocultarlo con preguntas preliminares. Ella no irá directamente al grano. Aquí un ejemplo:

**Joana**: ¿piensas que debería llevar un regalo a la fiesta de Amy?
**Todd**: sí, pienso que sería lo que ella esperaría. Ella te trajo uno la semana pasada.
**Joana**: (suspirando) no sé. Pienso que el suéter era feo.
**Todd**: no era demasiado malo. Ella trató de hacerlo bien."
**Joana**: (inclina sus ojos). ¿Esa cosa rosada horrible? ¿Estás bromeando? Además, pienso que Amy es falsa.
**Todd**: ¿falsa? ¿¡Eh!?"
**Joana**: "era un regalo malísimo que me dio. Y su voz lo decía todo."
**Todd**: ¿ pensé que te caía bien Amy?"
**Joana**: (fulminando con la mirada) seguro que te gusta ella. Te pasaste toda la noche hablando con ella.
**Todd**: ¿Espera un minuto, qué quieres decir? ¿Dices que yo iba tras ella?
**Joana**: (se cruza de brazos) Ah! ¿No ligabas con ella?
**Todd**: (visiblemente defensivo) ¡No!"

Todd está ahora fuera de control, su caída en picado ha comenzado por la confusión de la línea indirecta del interrogatorio. Joana estaba celosa, y se encaminaba por ahí, pero Todd pensó que realmente le preguntaba sobre el regalo y la fiesta. Antes del final, aunque fuera inocente, su confusión le ha puesto a la defensiva. Ya estaba en camino de perder.

La mejor manera que he encontrado para manejar preguntas es siempre indagar más profundo antes de contestar y meterse en el problema. El chico reflejo contesta a una pregunta inmediatamente,

para ser una fuente de conocimiento y respuestas. Pero tiene que contener esta tendencia y recordar que las mujeres raramente le harán preguntas sin sentido o triviales para ellas. Cuando las hacen, todavía se reservan el derecho de hacer sus preguntas importantes y significativas si no les gusta la respuesta.

Aquí está el Método Dinámico:

**Joana**: ¿piensas que debería llevar un regalo a la fiesta de Amy?
**Todd**: ¿por qué me lo preguntas?
**Joana**: (suspirando) No sé. Pienso que el suéter era feo. ¿Le gustará esto?
**Todd**: me suena a que no estabas feliz en la fiesta.
**Joana**: no todo fue diversión (fulminando con la mirada) Parecía que **vosotros** teníais mucha diversión.
**Todd**: ¿por qué me dices esto?
**Joana**: (se encoge de hombros) "no sé. Es sólo que... bueno, te vi hablar con Amy mucho. ¿Piensas que es guapa?
**Todd**: ¿estabas preocupada de que fuera a pasar algo?
**Joana**: (avergonzada) Bien, estaba bastante celosa de como pasaste todo el tiempo con ella.
**Todd**: (abrazando a Joana) No te preocupes. Yo te miraba todo el tiempo. Estabas muy sexy con ese vestido que llevabas.
**Joana**: (sonrisa) ¿Sííí?

Todd estuvo elegante: No contestó a la pregunta directamente hasta que averiguó lo que *realmente* seguía con Joana. También supo cuando devolver una pregunta con otra pregunta. Por consiguiente, averiguó qué pasaba con Joanie, evitando confundirse y ponerse a la defensiva.

Coja cada pregunta con pinzas y esté seguro que allí podría haber más miga bajo la superficie.

## Reaccionar de manera exagerada (Más Sobre Por qué Mamá no está Loca…)

Hay una prueba específica que una mujer le hará a su confianza. Es una de sus muchas pruebas y trata de ver si es realmente un hombre confiado, en control o sólo otro debilucho que ella será capaz de dominar.

En primer lugar, déjeme comenzar repitiendo nuestro famoso, pero no tan bien entendida regla que debe interiorizar y entender:

**La parte que se preocupa menos es la que controla la relación.**

Piense en ello. En cada relación que ha estado en dónde la mujer era una necesitada, pareja locamente enamorada, ¿cuál era su interés por ella? Probablemente no mucho, ya que era ella quién ponía más de su parte. Su baja autoestima probablemente la incitó a hacer cada oferta de romance que recibía. Notas. Regalos. Llamadas telefónicas a todas horas. Ella estaba tan metida en su cabeza que no tuvo la necesidad de hacer el trabajo para meterse en la suya. Simplemente no tuvo que preocuparse, y USTED controló la relación. Podría haberse sentido hasta un poco agobiado. Su *distanciamiento* era un desafío, y siempre la mantenía preguntándose si ella realmente le tenía.

Hmm … "*La parte que se preocupa menos es…*"

¿Cuál es esa prueba de la que hablo? Cuando tiene citas y entiende el consejo de otros hombres que también se ven con mujeres y Don Juanes, sabe que la seguridad en sí mismo es quizás el factor determinante para que una mujer le respete. Esto precede a casi todo en una relación, y determinará en gran medida lo que su actitud y posición será con ella mientras estén juntos.

Seamos francos: Nadie se siente confiado todo el tiempo. De hecho, muchos de nosotros carece de confianza la mayor parte del tiempo. ¿Significa esto que somos unos falsos cuándo actuamos con confianza? No, en absoluto. La confianza verdadera, de hecho, es un enigma. Actúa con confianza para sentirse confiado, a fin de actuar otra vez con confianza y mantener el ciclo. Es un auto-refuerzo, una espiral ascendente, si puede comenzarlo. (Ver: la Rueda de la Confianza.)

Sin embargo, la mayor parte de las mujeres pueden sentir cuando tiramos un poco de ese “falso antes de hacer nada” cuando las abordamos. No siempre saben si estamos mostrando valentía (que es simplemente la confianza con poca sinceridad) o si somos *realmente* confiados.

De este modo, aquí está como ella le prueba:

Están en una segunda o tercera cita. Ambos están teniendo un buen momento, y se sienten más cómodos el uno con el otro, soltándose. La avisa de antemano de que planeó para los dos ir a ver una película, algo unisex. Ella saca su Test nº1 y dice, “Caramba, Brad, creo que deberíamos ir a ver aquella otra película romántica del siglo XVIII.” Ahora, sabe por su formación que lo correcto es ser confiado e insistir en sus proyectos originales. No se enfada o reacciona. Simplemente dice, “Jessica, no me opongo a ir a ver esa peli la próxima semana, pero vamos a ver esta que planeé para ahora”

En muchos casos, ella admitirá y reconocerá que esto es justo y correcto. En otros casos, sin embargo, ella sacará de repente el Test nº 2 y comenzará a ponerse estúpida. Actuará tan disgustada con usted como pueda y a usted le comenzará a entrar el pánico. “¿Cuál es el problema?” le pregunta. “Es sólo una película.” Cruza sus brazos. Le clava la mirada y su pánico aumenta otro grado. Puede hacer hasta un comentario sobre que es inflexible o como le gustan los hombres que son “relajados” o “tranquilos".

**Loserboy**: Ooh, es mejor hacerlo lo que dice. Está loca

La mayor parte de los hombres ceden aquí. Es difícil manejar el disgusto de una mujer. Esto provoca toda clase de reacciones infundidas de pánico, la mayor parte de ellas relacionadas con la búsqueda de aprobación en general. El truco es saber que puede tomar uno de estos dos caminos:

1) ***Puede ceder*** - La complace para que ella no se enfade. Quiere parecer flexible y relajado. Ella ahora sabe que le posee, y sabe exactamente qué hacer para conseguir lo que quiere. Su 'confianza' era una farsa. Sólo dele sus testículos y empiece a llorar.

2) ***Mantener su causa*** - con una sonrisa le dice, “Bien, podemos ver tu película la próxima semana. Esta noche, vamos a ver lo que planeamos.” (Es consciente de que “relajarse” no es compatible con la confianza. Relajarse significa que no reacciona con ira, pase lo que pase. Y si le empuja demasiado, añade “ Jessica, no me respetarías si yo no pusiera mi sitio, ¿verdad?”

Ah, es difícil, hermanos. Las mujeres harán cosas para salirse con la suya y establecer rápidamente donde cederá y por dónde se romperá. Gritarán. Actuarán como pequeñas mocosas. Retendrán el sexo.

No haga caso de estas demostraciones de comportamiento infantil. Unas horas más tarde, después de que haya demostrado que su confianza no debe ser puesta en duda, que no reacciona o sobre reacciona a sus manipulaciones, estará feliz y agradecida. Esto funcionará sólo en su pensamiento consciente, y sentirán que tienen algo mejor aquí, algo digno de cuidar.

¿Y si no lo hacen? ¿Y si persisten en rechazarle hasta que les da lo que quieren, hasta que no se doblegue y suplique…?

**¿Por qué querría sufrir esta clase de maltrato?**

Piense en su futuro con ella, su vida después de diez años (**si** dura ese tiempo) Sería uno de esos lamentables tipos casados del trabajo a los que les invitan a ir de copas y contestan, "Bien, déjame hablarlo con *La Jefa*." Guiño astuto y sonrisa avergonzada que implican '*Ah, sabes como es.*'
Sí, lo sé y tengo otro plan en mente, muchas gracias.

Recuerde: la línea de perdedor es cuándo dice "Sí, lo sé, ***pero*** …", ¿Pero ***qué***?

## Límites

El concepto de límites sanos a menudo es pasado por alto en las relaciones. Esto es porque cuando no son claramente entendidos, es fácil entender mal lo que pasa. Tome la discusión siguiente como un ejemplo:

**Cindy:** cuando te alejas de mí así, me haces sentir que soy estúpida.
**Paul**: ¿te hago sentirse estúpida? Nunca dije esto. Yo sólo decía que siento que no puedo decirte algo cuando entras en un humor así.
**Cindy**: ¿por qué me culpas?
**Paul**: No te culpo. No siento que seas razonable conmigo.
**Cindy**: ¿oye qué dices? ***¿Soy*** irrazonable? **Tú** me enfadaste e hiciste daño a mis sentimientos.

¿Qué no vio Paul en el comportamiento de Cindy? Si dijera que es echarle la culpa de sus sentimientos, tiene razón. Observe, los límites sanos entre las personas se basan en reconocer que usted está completamente separado de la otra gente. Lo que dice de otro "no hace" que nadie se sienta mal o bien sobre ellos; es lo que ellos deciden pensar.

Cindy culpó a Paul en vez de reconocer que ella sólo reaccionaba ante él. Sólo porque una persona dice algo sobre usted ("eres estúpido" "eres una guarra" "eres un cabrón") no significa que *sea verdad*. Esas son sólo palabras. No se defina por los ojos de otra persona, y no les deje definirse por lo que **usted** dice. Q*uién es* no incluye los pensamientos de otra persona o sentimientos sobre usted.

Los hombres a menudo se quedan atrapados en relaciones disfuncionales donde la mujer sólo se ve a través de los ojos del hombre y su opinión, y éstas son cuestas resbaladizas para establecer una relación. Tenga cuidado de la mujer con límites malsanos y que le hace responsable del modo en que ella se siente.

**Nadie puede hacerle sentirse inferior sin su permiso.**

## Celos

Es el monstruo número 1 de las citas. Realmente el más fácil de entender y puede ser vencido - si presta atención a la Verdad y no lee los significados de muchas de sus acciones.

Los celos son una falta de seguridad en sí mismo, que conduce a una carencia de autodisciplina. Esto es todo lo que hay. Los celos son por lo general 99 % imaginados, y la parte realmente triste es que por lo general es una profecía autocumplida. Los hombres que no se comportan celosamente terminan por intrigar más a las mujeres, porque ven a un hombre que está en control y no tiene necesidad de controlarla. Los hombres que son celosos son halagadores durante los cinco primeros segundos, y luego la mujer entiende que este tipo va a mirar cada movimiento, sofocándola y controlando todo lo que ella hace. Y detrás de todo esto, ella se pregunta ¿de qué está tan asustado? Entonces su comportamiento realmente la aparta y la empuja a los brazos de otro hombre, exactamente lo que más temía.

Los celos se controlan mejor por el entendimiento y dándonos a nosotros mismos opciones. Los celos son el miedo de perder algo, y un sentimiento de insuficiencia o inseguridad en haberlos tenido en primer lugar. Se da opciones estando con otra gente a lo largo del camino. No temerá la pérdida si tiene una perspectiva de muchos otros compradores que tocan a su puerta para conseguir su producto.

Un hombre seguro de sí mismo y con autodisciplina trabaja para mejorar sus habilidades con las mujeres, tomando parte y atrayéndolos. Por la repetición acertada, aprende que nunca tiene que temer la pérdida de cualquier mujer particular cuando sabe que puede conseguir otras. No se asfixiará o intentará controlarla, y esta libertad y espacio que le da realmente aumenta su deseo de estar con él.

## Principio de "Lo que ves es lo que hay"

Si hay un concepto que debe entender en la dinámica de las relaciones es este Principio. Dicho de una forma simple, la Verdad es que ***debe aprender a alejarse de las relaciones donde no consigue lo que quiere.*** Si una mujer *naturalmente* no le da (es decir, sin quejarse o coacción) los fundamentos esenciales de lo que quiere en una relación, debe circular para encontrar a alguien que sí lo haga.

Muchos consejos de expertos le dirían que debe **pedir** lo que desea si no lo está consiguiendo. Yo estaría de acuerdo en eso cuando la mayor parte de sus otras exigencias básicas y deseos están siendo satisfechos. Sin embargo, cuando una exigencia principal no está siendo satisfecha, pedir todo lo demás es ***irrelevante***. Está tratando con una persona que - en su *naturaleza* - no puede satisfacer sus exigencias mínimas. (Vea la historia del Escorpión y la Rana otra vez). Cuando va a tener problemas es cuando cree que puede ser feliz en una relación donde sus exigencias siempre son un punto de conflicto. Las mejores

relaciones, las que *realmente funcionan*, son aquellas en donde hay un nivel aceptable de necesidades elementales cumplidas para cada persona **sin** mucha discusión.

Las discusiones en esta situación son algo así:

**Brad**: Me gustaría que me tocaras más a menudo. Cuando salimos casi nunca me tocas, o coges mi mano, o me abrazas cuando nos vemos.
**Donna**: Eso es duro para mí. Cuando tenía dieciséis años, no conseguí la moto que quería para mi cumpleaños y desde entonces, he tenido un problema de confianza. Tengo problemas con el afecto."
**Brad**: ¿bien, puedes intentar llegar a más?"
**Donna**: puedo ***intentarlo***.

Donna puede "intentarlo" pero esto va contra su naturaleza. Es como pedir a Saddam Hussein que "trate" de ser más tolerante y pacífico. Eso no va con él. Con la mayor parte de personas, tiene que estar mentalizado a "lo que ve es lo que va a conseguir" El cambio de los rasgos clave del comportamiento se parece a la tentativa de que un ave nade.

El error ocurre cuando Brad comienza a pensar que puede manejar la situación llevando a Donna a un terapeuta o psicólogo. Oye el incidente de los dieciséis años que cree que esa es la razón, y Brad se queda atrapado tratando de encontrar un modo de arreglar el problema. Esta es una situación donde él debería considerar fuertemente el recorte de sus pérdidas, porque la Verdad fundamental es que **Donna simplemente no es afectuosa**. No importa el "por qué". Él desperdiciará horas tratando de salvar a Donna y su disfunción, en lugar de entender que tiene que buscar a una mujer que sea más afectuosa. El tema de su confianza a partir de los dieciséis años **no importa.**

¡Deje de tratar de solucionar problemas femeninos! Cuando encuentre un importante punto de controversia sobre lo que **quiere** frente a lo que **ella es capaz de darle**, debe decidir si hay que aceptarlo o circular. Tampoco se apresure a aceptar su defecto. Es probable que hizo una exigencia porque de verdad lo quiere en su relación, y debería conseguirlo. En el ejemplo anterior, Brad podría engañarse a sí mismo sobre el tema de Donna, pero al final, se sentirá **profundamente infeliz**.

Vea la Verdad. Reconozca a una mujer como es, no como quiere que sea. Todo lo demás es una ilusión que sólo servirá para obsesionarle y causar dolor.

# <u>SEXO</u>

Ah … Ninguna palabra de tres letras tiene tanto poder.

Supongo que estaba impaciente por llegar a esta sección, ¿verdad? ¿Esperando algunos buenos consejos? Tengo mucha información, pero no voy a entrar en embarazosos detalles gráficos. Francamente, hay muchos libros para ayudarle en este área. (Y tienen mejores fotos.) Sólo quiero cubrir algunos conceptos de las Citas Dinámicas, así como darle información que puede no haber sabido.

En primer lugar, dese cuenta que las Tres S que le dan respeto y durabilidad con las mujeres también funciona en el dormitorio. Desde el principio, use el humor frugalmente en cuanto al sexo, y su autodisciplina será lo más importante. En segundo lugar, dese cuenta que las mujeres quieren y aman el sexo tanto como los hombres. La diferencia es que las mujeres tienen que justificar dormir con un hombre, lo que significa que se va a tomar su tiempo (aumento de la confianza), o tener una excusa buena (atracción aplastante). Si pretende acostarte con ella, debe hacerla sentir cómoda (gane su confianza) y atraerla suficiente para bajar su guardia.

**Las mujeres tienen sexo con hombres de los que se enamoran; los hombres se enamoran de mujeres con las que tienen sexo.**

Considere esto con cuidado, porque es la diferencia esencial entre hombres y mujeres con respecto al sexo. Cada género tiene una prioridad diferente cuando llegan al sexo. Si espera que ella salte inmediatamente, se dirige hacia la desilusión. La Verdad es que *la mayor parte* de las mujeres no quieren precipitarse con tener sexo con un hombre. Las estancias de una sola noche son relativamente infrecuentes. Si el sexo rápido es su objetivo, va a tener que aguantar más de un rechazo y frustración.

La capacidad sexual puede ser dividida en dos áreas: **Comunicación y Habilidades**.

## Comunicación

La comunicación es esencial cuando duerme con una mujer. Ella tiene que sentir el cariño, y es su obligación cumplir con esa necesidad. Sí, esto significa que tiene que <u>hablar</u> con ella.

Ahora, la mayor parte de los hombres no se sienten cómodos hablando con mujeres sobre sexo. Ellos por lo general advierten que *hacer* es suficiente, y tienen esa parte muy cuidada. La Verdad es que una mujer se va encender más por su capacidad de comunicarse que por la mayor parte de cosas que realmente le hará físicamente. La clave para el impulso sexual de una mujer reside en su cerebro.

En primer lugar, reconozca el lugar correcto del sexo en la conversación. Cuando conoce por primera vez a una mujer, a menos que ella sea una calienta braguetas, no va a tomar parte en conversaciones sexuales. El único momento para sacar el tema es **después** de que ella haya sacado la conversación. Puede comenzar por hacer el trabajo preliminar, sin embargo, usando palabras sensuales en su discurso.

Aquí unas palabras:

- Pasión
- Intenso/ Intensidad
- Excitación
- Sensual
- Cosquilleo
- Latido del corazón
- Placer
- Cómodo
- Calor
- Confiando
- Radiante
- Trance
- Cautiva
- Atracció*n*
- Reconfortante

Lo único es que no las use todas a la vez, o se arriesgará a parecer una novela romántica. Una el uso de estas palabras junto con las preguntas de Intriga para ganar el efecto añadido.

En algún momento, también debería aprender cual es la modalidad de aprendizaje de la chica: auditiva, quinésica o visual. La mayor parte personas tienen un sentido preferido cuando aprenden, usando sus oídos, vista o tacto de algún modo para aprender y entender el nuevo material. Usamos todos ellos en cierta medida, pero aproximadamente cada uno tiene el predilecto. Puede entender qué modalidad es escuchando como ellas describen las cosas. Aquí están unos ejemplos:

- "Eso no lo ***siento*** así." "Oh, eso es tan ***frío*** y deprimente." "No puedo **agarrar** este asunto." Esta persona es típicamente quinésica. Reconózcala por las palabras táctiles que usa. Ella aprende haciendo o tocando. Probablemente le gusta que la abracen y le tomen de la mano para sentir seguridad.

- "Esto no hace ***clic***." "Eso ***no suena*** bien." "***Oigo*** lo que dices." Estas palabras clave dan una pista sobre que ella es auditiva. Las usadas con más frecuencia. Ella aprende oyendo instrucciones. Probablemente muy sugerente.

- "**Veo** lo que dice." "Este no es el modo en que ***lo veo*** yo." "***Mírame*** bien a mí." Esta persona muestra modos visuales de aprendizaje. Incluso refiriéndose a palabras o sonidos, ella usará la palabra "ver" como en el primer ejemplo. Ella aprende viendo o leyendo instrucciones con diagramas. Ella es probablemente muy consciente de la moda.

El entendimiento de la modalidad de una persona no sólo le ayuda a comunicarse mejor sobre sexo (habla sucio, mirando pornografía o el baile sexual), sino también como responderán en la

conversación. La utilización de palabras que apelan a su modalidad le ayudará a establecer la compenetración.

La parte esencial de la comunicación sexual es hacerla relajadamente y genuina. Hace preguntas para averiguar lo que quiere/ no quiere, y eso hace que tome medidas para restringirse. Absolutamente debería evitar usar cualquier lenguaje callejero. Cuando habla de sexo, las mujeres prefieren que sus partes del cuerpo no sea referidas en términos vulgares. De hecho, si puede use términos poéticos, muy recomendado. Compare, ¿qué piensa que suena mejor al oído?

“Nena, tengo ganas de meterte mi verga…” “Ardo en deseos de tenerte”

La diferencia es que uno es sucio y el otro *erótico*, y erótico es lo que ella quiere oír cuando sale la conversación de sexo.

Así que, ¿cómo hablar de sexo con ella? Esto es probablemente lo más importante, ya que los hombres no llevan tanto tiempo hablando de este tema como las mujeres. Cuando comunique sus necesidades, o sus preguntas, o algo más a una mujer, siempre recuerde:

- **Nunca la acuse** o la haga sentir que hace algo malo, aun si lo hace. Es difícil sentirse humillada y luego tener que volver otra vez.
- **Nunca exija**. Sólo cortésmente y con amabilidad diga lo que desea. Si ella no se lo da, las posibilidades de darlo aumentan, así que circule. No puede molestarla para que sea algo que no es.
- **Nunca suplique** o pida más sexo del que una mujer le da de buena gana. Si está en una posición en la que ella no lo inicia nunca, pero finalmente se calienta, esto es bueno. Pero si lo inicia y es rechazado o negado, hay un problema más grande aquí. Lo más probable es que no le esté dando el suficiente refuerzo y satisfaciendo sus necesidades preliminares de sentirse cómoda con el sexo.
- **Quédese fuera de su pasado**. No haga preguntas cuyas respuestas no quiere saber. Sé que esto será demasiado tentados para la mayor parte de ustedes, pero cuantos tipos ahí, a sabiendas de que son celosos de la experiencia sexual pasada de una mujer, le preguntarán toda clase de cosas sobre lo que ella hizo antes, luego se ponen irritables y distantes cuando ella se lo dice. Es una mortificación perversa cuando hacemos esto, y se asienta en una falta de seguridad en nosotros mismos. Concéntrese en el presente, porque esto es todo que puede controlar. El pasado está ya hecho.
- **No significa No.** Esta clase de No a menudo va acompañado por al menos una demostración física (ella separa su mano, le aparta, etc.) o un cambio obvio de humor a algo serio. La confusión viene cuando una mujer realmente no dice "No, *todavía no*." Esto significa que ella no está suficientemente caliente para usted, y tiene que retroceder en caricias para intentarlo otra vez. Si *alguna vez* duda de la buena voluntad de una mujer, retroceda. No se arriesgue a ir a la cárcel y pasar tiempo con un monstruo que adornado de tatuajes llamado Luther que quiere hacerle su compañero de celda favorito. ***Nunca*** fuerce los afectos de una mujer.

Si intuye que algo no va bien (y por lo general podemos, pero a menudo decidimos pasar por alto nuestros instintos), debe averiguar lo que pasa. Puede preguntar amablemente: “¿estás bien?" Procure no exagerar esto. Los buenos chicos lo preguntan demasiado, y nada agarrota más el fluir sexual que ser

interrogado contantemente por su pareja. Sólo quiere comprobar que ella no está pasando ninguna incomodidad física, o si comienza a sentirse como una extraña con usted.

**El sexo se parece a la pizza: Cuando está bien, está bien.**

**Y cuando es mala… oye, todavía está bastante bien.**

Permanezca en comunicación con ella y será capaz de evitar la mayor parte de los problemas antes de que aparezcan. Cuanta más experiencia gane con mujeres, más será capaz de hacer de intérprete y leer entre las líneas, así como leer su lenguaje corporal durante el sexo. Cada mujer es diferente a este respecto, y esto es lo que lo hace interesante cada vez que brinca en el juego.

## Habilidades

Las habilidades en el sexo vienen con el conocimiento y la experiencia. También de los errores, como cualquier otra parte de las citas o de la interacción con las mujeres, así que no sea demasiado duro consigo mismo cuando cometa uno. Sus habilidades son las técnicas que usa para dar placer. Las habilidades en el sexo también incluyen técnicas que usa para evitar problemas, y señalaré algunos.

Aquí están algunas habilidades generales que debería tener en la cama para que ella aprecie su capacidad sexual:

- **Conocimiento y apreciación de su cuerpo:** Cada mujer es diferente, y cada una tiene zonas erógenas diferentes. Gran parte de lo fundamental, es muy similar.

-Una mujer quiere los juegos previos. Alárguelos y tómese su tiempo. Tóquela con suavidad por todo el cuerpo (véase el Kino) y provoque que su deseo aumente.

-Una mujer quiere el cunnilingus. (Véase más abajo).

-Una mujer quiere el estímulo del clítoris - eventualmente. No en el instante en que entra en la cama. Comience con caricias, al punto donde ella coge tu mano y la lleva a su entrepierna. Su mano funciona como una multitud de águilas que revolotean, y se acercan al objetivo, moviéndose alrededor, pero que no entran a matar. Finalmente, lubrica su dedo(s), y luego haga círculos lentos hacia el clítoris. Ella necesita también del estímulo manual, no sólo el de los genitales para terminar.

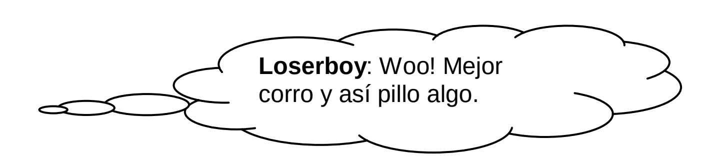
-La mujer quiere contacto visual y presencia - Quiere saber que no es sólo otro agujero. Quiere ser apreciada, en el momento, y si no la mira y sonríe de vez en cuando, le dará la impresión de que ha dejado el planeta y folla con una mujer de fantasía, no con ella.

-La capacidad de saber cuándo pararse y retroceder. Debería estar preparado para aflojar en sus avances si no hace progresos positivos. Tenemos que visitar de nuevo la Autodisciplina otra vez. El ejército inteligente, en palabras de Sun Tzu, sabe cuando luchar y cuando no:

***Si puede luchar, avanza y toma la ofensiva;***

***si no puede luchar, se retira y permanece a la defensiva.***

***Triunfará invariablemente quién sabe cuándo es correcto tomar la ofensiva o la defensiva.***




- **Relajado, nada de prisas**: Demasiados tipos saltan con "Hay que conseguirlo mientras pueda" sobre todo cuando consiguen luz verde para el sexo. El pensamiento subyacente es que tiene que conseguirlo antes de que ella cambie de idea. ¡Reduzca la velocidad! No hay prisa. Si le da placer suficiente, no hay ningún motivo para que ella se pare o cambie de idea.
- **Planificado y preparado**: Tenga condones. Cualquier hombre que piensa que puede (o debe) tener sexo sin protección, coquetea con un posible embarazo, enfermedad y hasta la muerte. Seguramente se siente mucho mejor sin una capa de látex entre ustedes, pero puede sacrificar el placer añadido a favor de su salud. Los condones no son **una opción** más.
-**Dar**: las mujeres están muy preocupadas por su capacidad de complacerlas (probablemente porque pocos hombres saben dónde y cómo tocarlas.) Esta ansiedad aparece muy a la vista cuando se acuesta con ella por primera vez. Algo muy interesante que descubrí hace años fue que: el mejor modo de manejar su primer encuentro con una mujer es asegurarse que ella se corre primero. Baje y tome la mano de ella como guía es la mejor forma de estimularla (que requieren alguna de aquellas habilidades de comunicación que comentábamos antes.) después de que ella haya llegado al 7º cielo, puede tomarse ya el tiempo que quiera, y estará mucho más agradecida. (A veces, sin embargo, ella puede ser demasiado tímida para dejarse ir, un orgasmo puede ser difícil.)
- **Sensibilización**: Siempre debería ser consciente y presentar suficiente atención durante el sexo para no perder los indicios de su ejecución. No ignore los indicaciones que podrían decirle qué tiene que cambiar para mejorar.
- **Nada de cólera o violencia**: el miedo más grande que una mujer tiene es que ella sea físicamente herida por un hombre. El permiso para entrar en su cuerpo es una alta muestra de confianza. Si está bastante lujuriosa, anulará ese mecanismo de confianza, pero sólo por poco tiempo.

También tenga presente que ella no va a querer hacer el Kama –Sutra entero la primera noche juntos. Tiene que demostrar que tiene un control firme de los fundamentos antes de que vaya a posiciones complejas. No suponga que va a hacer *un 69* en su primera vez con ella, aunque pudiera pasar si ella está muy abierta y confiada en la cama. Sólo tiene que pasar su tiempo ocupándose de las necesidades de ella. Tengo que conocer aún a una mujer que se sienta cómoda desde el principio.

**Caricias**

Hay tres C en el sexo que le darán mucha ventaja, aun si no hace nada más:

- Caricias
- **Caricias**
- **Caricias**

Recuerde lo que dije: las mujeres raramente culminan únicamente con su empuje pélvico. Ella necesita el estímulo directo para conseguir el orgasmo, y su deseo psicológico de tenerlo debe estar presente *primero*. Las caricias se parecen a encender la mecha de sus fuegos artificiales. No hay prisas.

Otro modo de aprovechar el poder de las caricias es usarlo cuando sabe que no va a tener sexo, y dejarla así con ganas. Cuantas más caricias usa sin resolución, más probable será que tenga sexo regular. Considere las caricias como una inversión en su futura cuenta sexual.

**Loserboy**: Tengo que seguir empujando hasta que se corra.

**Ritmo - Reduzca la velocidad**

Hay otra área usted tiene que relajarse, y está en sus movimientos. El ritmo sexual se extiende desde el cero - apenas se mueve - al martillo perforador, donde se mueve como un motor a toda potencia. Casi todos los movimientos sexuales que la complacen están en la parte inferior de la escala. Varíe el ritmo para el más amplio efecto. Vaya de lento a un poco más rápido, atrás a muy lento. También, varíe su presión y foco de vez en cuando. Si alguna vez a frotado a una mujer demasiado tiempo un mismo punto de su cuerpo, sabe cómo puede molestarla. Permanezca un segundo o dos en una posición antes de cambiar y luego volver.

Durante cualquier sesión sexual, no espere pasar todo el tiempo intentando que ella culmine. Nadie llega a la cumbre de una montaña sin pararse en varios campamentos base a lo largo del camino. Deberían haber varias pausas planeadas en la acción para ayudarle a alcanzar la cumbre. Recuerde, un ritmo incómodamente rápido hace sentir violenta a una mujer, asustándola y apagándola. Los movimientos lentos, tranquilos siempre son aceptables.

**El punto- G**

Hay mucha controversia sobre esta zona en la mujer, pero la mayor parte de los hombres están de acuerdo en que hay una parcela en el interior de su vagina que puede estimular una clase diferente de orgasmo en ella. (La diferencia entre orgasmo clitoriano y orgasmos del punto- G a menudo ha sido descrita como "fuera" y “dentro”.) Sin mostrarle un diagrama explícito (hay abundancia en la sección sexual de una librería), debería sentir un área rugosa dentro de ella, en la parte superior de su tracto vaginal (ella acostada sobre su espalda y con las piernas separadas), aproximadamente de tres pulgadas y del tamaño de una moneda de diez centavos. Debería buscar un rato con algunos movimientos circulares de sus yemas, y esperar una reacción distinta de ella cuando encuentre la Tierra Prometida. Si ella está bien con usted, podría conseguir que le dijera dónde encontrarlo.

**Cunnilingus**

Las mujeres ***lo aman***. Tiene que ser bueno haciéndolo.

El primer lugar para comenzar es entender su anatomía. Tiene que saber dónde está su clítoris, así como donde su punto- G. El secreto para darle sus orgasmos y que le hagan volar la mente es estimularla consecuentemente ambos puntos, lo que significa usar la lengua por fuera, como los dedos dentro de ella para estimular el punto- G. Use las recomendaciones que le dije antes con el ritmo, y ella tendrá un momento que podría lanzarle de la cama con su intensidad.

Cuando la estimula por fuera, use su lengua en círculos lentos alrededor de su clítoris para el efecto máximo. No use los dientes, y no olvide lubricarse los dedos.

**Estimulación Anal / Sexo Anal**

Hey, a algunos tipos les encanta entrar por el camino sucio. Hay algunas cosas de las que debe ser consciente cuando estimula a una mujer aquí:

- Siempre es doloroso hasta que ella se relaje, así que vaya **MUY** despacio. Comience con un pequeño dedo y continúe desde ahí.
- Siempre use lubricación especial. Siempre.
- Nunca use el mismo dedo, juguete o lo que sea, para estimular simultáneamente el ano y la vagina. Provocará infecciones inecesarias.

- Siempre *pregunte* antes de explorar. Puede hacer esto de un modo muy suave, como poner el dedo cerca de su ano y preguntarle ¿Te apetece? O ¿Probamos?

A muchas mujeres les gusta el estímulo posterior, pero también están confusas creyendo en el estigma de que el estímulo anal es sexo asquerosos y degenerado. (Todavía hay leyes en muchos estados contra la Sodomía.) Si esto es su gusto y no el suyo, respete sus deseos y aléjese. Dése cuenta que si la complace mucho en otras áreas, puede hacerse curiosa más adelante.

**Conversación Sucia (*Dirty Talk*)**

Las mujeres hablarán sucio con usted, pero no es por lo general hasta que ellos hayan establecido una gran Confianza. Su primer interés estará en oír un poco de conversación amorosa, y tendrá que tener muchas si pretende cogerla por el pelo y decirle: "¡Te voy a follar!" No comience a hablar sucio con ella hasta que ella lo haga, para no tomar el riesgo de degradarla y humillarla. Ella no es su película pornografía personal o fantasía. Ella quiere ser respetada primero, *entonces* ella se volverá juguetona.

**Felaciones**

Sí, me imaginé que tendría que cubrir este tema. Algo que a casi todos los hombres nos gusta. Es probablemente el acto sexual que ha alcanzado fama legendaria, sobre todo desde nuestro presidente Bill y Mónica. Aquí algunas reglas para conseguir sexo oral que quiere:

- No empuje su cabeza allí abajo durante la primera vez que se acueste con ella. Esto vuelve al tema del respeto y la confianza. Ella quiere ser apreciada y respetada, no empujada a un maloliente pelo púbico.
- No la empuje más profundo de lo que ella toma con gusto. Si la amordaza (sí ***puede*** tener náuseas, chico grande) ella se enfadará y con sentido.
- Anuncie su "llegada" para que pueda decidir qué hacer sobre ello. Si ella traga, estupendo, pero si ella no lo hace, tiene que respetar esto. A la mayor parte de los hombres no les gusta esto cuando ella no traga, ya que esto implica que ella no le acepta en algún nivel - es un rechazo. Hay muchas razones para no hacerlo al principio, sin embargo, sea conscientes. Ella puede no querer tragar hasta que tenga más confianza, puede tener miedo de una enfermedad, o puede odiar el gusto, etc. Cuando sabe la razón, puede tomar una mejor decisión en cuanto a si esto es aceptable.

Si una mujer no le da ninguna clase de sexo oral, tiene derecho de averiguar por qué. Asegúrese que ha puesto un precedente de darle primero y mostrarle que quiere ir al sur antes de que tome cualquier decisión. Personalmente no aceptaré una relación con una mujer que no quiere dar tanto como recibe. No es egoísta; es sólo mi exigencia. Y he conocido *a muchas* mujeres que absolutamente rechazan dar el sexo oral por que han sido sexualmente dañadas de algún modo.

**Tríos**

Otra cosa que a los hombres les encanta la idea y que las mujeres rechazan inicialmente (aunque con más confianza se puede sacar el tema de nuevo) no sé qué decirle aquí, además de si busca esta clase de experiencia pronto, tendrá que encontrar a una mujer con mucha experiencia sexual y muy de mente abierta y complaciente. Creo que el sexo es suficientemente desafiante sin tener que hacerlo funcionar para dos, pero puede ser interesante en la combinación correcta. Esté preparado para las consecuencias emocionales y sentimientos que podrían surgir de esta situación, sobre todo si su señora consiente en hacerlo, pero con vacilación. Los celos corren profundamente y el amor se enfría.

**Bondage/S&M/Spanking/Fetichismo**

Tenga cuidado, no cause ningún daño duradero. Y siempre tenga "una palabra segura," algo que decir para terminar la fantasía sin ir demasiado lejos.

Basta.

## Los Tipos Extremos de Sexo Femenino

- **La Estrella del Porno**: Ella quiere hacerlo todo a la luz del día, posee juguetes que intimidarían a una prostituta. Sus gritos de éxtasis rompen el cristal. Es increíble en la cama (o en un coche, o en un tren, o en un callejón, o su césped delantero, o...) Si puede manejar los celos y la posible falta de experiencia por su parte para estar a la altura (y las señales de uñas en su espalda), ella será fantástica. Sólo vigile su pasión por los viajes, porque cuando ella decida hacer uno, eso será un motivo para ir de caza.

- **La Ninfómana**: para no ser confundida con la Estrella de Pornografía, esta chica tiene un apetito sexual enorme, queriendo más del que usted pueda darle. No un verdadero problema a menos que se haga egoísta y no satisfaga sus necesidades, porque luego ella comienza a buscar en tierras de caza más fértiles…

- **La Mujer de Hielo**: no tiene ningún apetito sexual, y aun si realmente lo saca, es fría y la experiencia desalentadora, haciéndole incluso sentir como un Hombre Malo. Ella hace los sonidos y los movimientos, pero usted sabe que está actuando. Probablemente tiene un odio profundamente arraigado hacia los hombres. Evítela y circule. Quiere una relación con una mujer que tenga un apetito sexual sano.

- **La Súper-sensible**: Tiene que oír mucho cariño en la cama para llevarlo a cabo. Nada incorrecto aquí, necesita sólo muchas caricias. Debería evitar decirle demasiado en la cama, ya que podría arriesgarse a arruinar el misterio de sus sentimientos demasiado pronto. Dele la tranquilidad que necesita, pero hágalo apreciándola de verdad, diciéndole lo atractiva que está, como le hace sentirse tan excitado, etc.

- **El Pescado Muerto**: Es la Sra. Tómalo o Déjalo cuando se trata de sexo. Haciéndolo con ella es como una experiencia necrófila. Juraría que entró en un coma al segundo de quitarle la ropa. Podría gemir un par de veces, pero se siente culpable teniendo sexo con ella porque parece como si la tuviera atada y amordazada. Esta mujer nunca es divertida en la cama, y hay demasiado trabajo aquí para rehabilitarla. A menos que sea una compañera sexual ocasional, considere esto como una bandera roja importante.

- **La Role Playing**: Le encanta fingir que es alguien que no es y darle papeles a interpretar. Esto puede ser divertido... un rato. Si ella mantiene esto demasiado tiempo, debería preguntarse por que no le gusta tanto la realidad.

- **La Bateadora Ambidiestra**: Ella es bisexual, y orgullosa de ello. Si busca hacer trios, podría tenerla para un poco de diversión, o una desilusión. Y si es del tipo celoso, esta chica dobla el potencial para levantar sus dudas. Sin embargo, ganará un montón de puntos en la técnica.

- **La Controladora**: Tiene que poseerle para tener sexo con usted, y sólo en *su* calendario *y con sus* condiciones.

**Muéstrame a la mujer más hermosa del mundo,**

**y yo te mostraré a un tipo que está cansado de follársela.**

Muchos hombres se acuestan con mujeres sólo por que cumplen con un requisito: tiene una vagina. Pero hay más si quiere que esto dure mucho tiempo. Por lo que al sexo se refiere, sea consciente que después de todo está en la cama para disfrutar con una mujer, y ella puede no ser una buena compañera sexual. Muchas mujeres son tan incompetentes en la cama como lo puedan ser los hombres; es sólo que tenemos expectativas inferiores y una fisiología más simple.

También hay mujeres al otro lado del espectro, que *parecen* querer sexo, pero sólo pasan por los movimientos (como la mujer de hielo). No entraré en mucho detalle sobre la psicología de esto (hay libros enteros escritos sobre el tema), pero baste decir que hay mujeres con algunas disfunciones sexuales bastante severas. Muchas mujeres son incapaces de tener un orgasmo, y otras han sido tan mal preparadas por experiencias tempranas que sienten que sólo tienen sexo para complacer a los hombres, no a ellas mismas. Obtendrá una pista del tipo de mujer con la que está cuando aprenda a poner a punto su conciencia y observar las reacciones de la mujer a lo que usted hace.

## Rarezas Sexuales

### Tenga cuidado con el "Te quiero"

Si ella dice esto pronto, durante el sexo, procure no contestar. Es probable que sea debido a su mecanismo de validación (baja autoestima) saliendo a la superficie. Quiere oír esto para tener la sensación de ser querida y por lo tanto digna, o tiene que oírlo para resolver una disensión cognoscitiva - tiene que estar *enamorada* para tener sexo. Ella quiere evitar parecer una puta. Usted debería decir sólo algo como "eres muy atractiva"  u otra apreciación similar. Si ella le empuja para el "Te amo," tiene que resistir el impulso. Ella puede buscar una especie de compromiso por su parte y esto podría entorpecerle más adelante. Si ella le para y le dice, "¿no me amas?" Es mejor decirle "Seguro que en un futuro, pero ahora mismo estoy feliz sólo de estar aquí contigo y compartir este momento." Si esto no es suficiente y ella para el sexo para conseguir que usted ceda, la opción es suya, pero no sea chantajeado porque tiene miedo de que le quiten el sexo. Si consiguió llegar lejos con ella, lo hará otra vez. A menudo gana mucho más respeto y confianza por parte de las mujeres si no acepta demasiado fácilmente sus requerimientos.

### Llantos

Hay un dicho gracioso entre la mujeres que dice que el modo más seguro de ahuyentar a un hombre es llorar durante o después del sexo. Muchas veces es sólo una liberación emocional para la mujer, y romperá a llorar -o le saltarán una lágrimas- por lo general unos segundos. Sin embargo, si esto pasa con frecuencia o dura mucho, ahí ocurre algo. Puede haber sufrido abusos o tener algún trauma significativo que está soltando durante el sexo. Si esto pasa con frecuencia, mírelo con cuidado - es una bandera roja.

**Sexo Infrecuente**

Las personas normales, sanas pueden tener sexo con regularidad sin demasiados problemas. Si descubre que está siendo manipulado por falta de sexo, o si ella tiene un impulso sexual muy temperamental, debería considerar seriamente circular. (Ver Apéndices.) un impulso sexual caliente y frío es muy inconsecuente y causará estragos en su sistema nervioso, haciéndole miserable. N**unca** debería estar en una situación donde se siente manipulado sobre el sexo - es humillante. Conseguir sexo o no sólo debe depender de su habilidad para conocer mujeres.

**Maneje su Chi**

El Chi es el término chino para la energía vital, y recorre el cuerpo por determinados caminos que se juntan en ciertos puntos. Ahora, no tiene que ser un místico, practicante del Chi Gong o New Age para entender o creer en el uso de su fuerza vital. Siente la energía en varias partes de su cuerpo todo el tiempo. La mayor parte de las personas no afinan para controlar el flujo o no han sido educadas para ello. Hay mucha literatura sobre el uso de Chi en la curación y está siendo usado al lado de prácticas más tradicionales. Le animo a estudiarlo, seguro que le ayudará a entender su cuerpo mucho mejor.

Tanto si cree como si no, probablemente haya experimentado el fenómeno de pérdida de energía a través del sexo. Al eyacular, su cuerpo pasa por cambios variados relacionados con la liberaciones de sustancias químicas en el cerebro. Se vuelve soñoliento, tiene ganas de coger un cigarrillo o asaltar el refrigerador. Lo que también está ocurriendo es una certera pérdida de voluntad y energía.

¿Ha probado alguna vez trabajar después de una sesión mañanera con su novia? Apostaré a que los resultados no eran demasiado espectaculares. Probablemente se sintió un poco apático y letárgico, aunque necesariamente no tuviera sueño, y definitivamente no a su máximo rendimiento. Esta pérdida de energía también es consecuente con la pérdida de su Chi. Por otra parte, cuando un hombre no consigue eyacular durante una semana o dos, es mucho más vigoroso y animado. Tiene más energía canalizada.

La masturbación libera una energía valiosa. Cuando está en el proceso de conocer y citarse con mujeres, **tiene que** impulsar y motivarse para practicar algunas de estas técnicas, así como convocar la voluntad para conocer a nuevas mujeres. Es bastante difícil cuando tiene un nivel de energía decente, pero si desvía esa energía con la autosatisfacción, se privará de la preciosa motivación.

Ejerza su autodisciplina. Sí, tiene que impedir jugar con usted demasiado. La energía del Chi le da una gran reserva de poder para atraer. Por otro lado demasiada frustración sexual puede distraerle de sus estrategias de Hombre Dinámico, debe encontrar un equilibrio cómodo que le de la motivación para tomar medidas, sin debilitar su fuerza de voluntad.

**Unas Últimas Palabras**

No se disculpe ante una mujer por querer sexo. El sexo es una experiencia compartida, no una transacción. No se lo agradezca nunca o diga algo que exprese gratitud por el hecho de acostarse juntos. No pida perdón. Lo que hicieron, fue porque lo deseaban y fue su **elección**. Los Buenos Chicos se hacen muy llorones y agradecidos cuan*d*o una mujer duerme con ellos porque piensan que ella lo hizo por compasión o necesidad. Si tuvieron sexo bien, ella también estará feliz de habérselo dado.

Un hombre de alta seguridad en sí mismo sabe que ella no se acostó con él porque le pagara la cena o porque ella le hiciera un favor. Si emite desesperación será puesto en una posición de lamentable súplica. El Hombre Dinámico realiza los deseos de la mujer, en tanto ella le corresponde con sexo.

# CIERRE

Le animo a que comience a hacer de su vida una aventura apasionante, ahora mismo. En este mismo minuto.

No tenemos **ninguna** garantía en la vida, y no sabemos lo que vendrá después de este mundo, pero todavía tenemos el ***ahora mismo***. Tendrá mucho tiempo para descansar cuando finalmente esté horizontal sobre la tierra. Cuando mire hacia atrás al final de su vida ¿Qué lamentará más, todas las cosas que **realmente** hizo, o las que *no hizo*?

**Todo hombre muere … pero no todo hombre realmente *vive*.**

No siga a la masa. No haga lo que todos los demás hacen. Escuche su propio corazón. Cree un destino para usted en su propia vida. Decidí que mi legado sería ayudar a otros a mejorarse así mismos y que fueran más felices a través del conocimiento de las relaciones hombre-mujer. Me llevó tiempo y energía convertir este objetivo en realidad y llevárselo.

Usted es capaz de eso, y de mucho más.

La Regla del 80/20 dice que el 80 % de los resultados se consiguen con el 20 % del esfuerzo. En mi experiencia, probablemente esté más cerca del 90/10. He hecho mi mejor esfuerzo en este libro para explicar sólo el diez por ciento como yo lo entiendo, así como darle el mejor noventa restante. Recuerde que esta regla también refleja como la gente piensa y logra las cosas. El diez por ciento (*realmente, mucho menos*) conseguirá tener éxito con sus objetivos en la vida que el otro noventa por ciento combinado.

El diez por ciento de la gente se jubilará con suficiente dinero para vivir por su cuenta.

Sólo el diez por ciento de la gente consigue lo qué otros sólo sueñan.

Estoy seguro que más del diez por ciento de la gente que leyó este libro tomará la información que le he dado y la tomarán como **suya**. Quiero que el hombre que termine de leer este libro sea una persona diferente a cuando lo comenzó. Lo que haga con este poder sólo depende de usted.

Déjeme preguntarle otra vez:

## ¿Cómo de vivo le gustaría estar?

Sólo tiene un tiempo limitado para estar aquí. Después de que se haya ido, la gente puede recordarle por quién fue, pero es mucho más probable que le recuerden por *lo que hizo y a la gente que marcó*. Se necesita la misma energía para vivir una vida llena de riesgos y aventura, como una de silenciosa desesperación. ¿Adivina qué le dejará con una sonrisa y completado al final?

**La vida es una gran aventura, o nada en absoluto.**

Si no lo ha entendido, este libro iba sobre mucho más que citas y mujeres. Iba sobre su capacidad para manifestar la clase de Realidad que quiere para usted. Vivir la vida en sus propios términos. Ser uno

de los hombres en el Diez Por ciento. Tomar el control de usted y de las partes de su vida con capacidad para ser transformada.

Ahora, vaya a ***ser*** ese hombre.



**Lo opuesto al coraje no es la cobardía… sino la conformidad.**

Suerte amigo.

Carlos Xuma
Sausalito, CA
Enero, 2003

# APÉNDICES

## Apéndice I: Ajuste de Actitudes

De vez en cuando, todos necesitamos un poco de ayuda para mantener nuestra actitud correcta, sobre todo cuando nos tenemos que enfrentar a esta locura que son las citas. Use estas frases y Verdades para mantener su cara animosa. No dude en imprimirlas y guardarlas en su cartera para encontrar inspiración.

- Nunca ponga todas sus esperanzas en una mujer.
- ¡El que menos se preocupa es quien controla la relación!
- ¡Estará mejor de dinero solo que con la mujer equivocada!
- *¿Puede imaginarla como la madre de sus niños?*
- La Verdad es TODO lo que importa al final.
- Trabaje en **su propia** vida. No en la de ella.
- No esté siempre con ella.
- ¡ESCUCHE! Preste atención a lo que ella le dice.
- ¡PACIENCIA!
- Emule a los ídolos: James Bond, Cary Grant, Sean Connery, Harrison Ford - SEA EL HOMBRE.
- ¡Déjela IR! Si tiene interés, volverá y en sus términos. Es el único modo.
- NUNCA olvide que nació sin ella. Y que hay cientos más como ella y miles más.
- Mantenga una distancia emocional o ella le manipulará. ¡Permanezca en la Zona Segura!
- No la deje manipular *su* comportamiento.
- No empuje... ¡Dirija!
- Nunca le pida algo directamente, en cambio sugiéralo. Si ella no se lo da con gusto, puede **no tenerlo**.
- Olvide lo que usted QUIERE. Sólo hay lo que **es**. Acéptelo y hágalo funcionar a su favor.
- Toda la infelicidad proviene del deseo de ser diferente a lo que ellos son.
- Haga lo que es correcto para ***usted***, porque nadie más lo hará.
- Sea misterioso. Solicitado. Distante. Atento. Enigmático. Cuando ella trata de adivinar, estas seguro. Cuando ella lo sabe todo, estás muerto.
- Tengo la oferta - ella la demanda.
- No haga ingeniería inversa de su pensamiento, o se quedará paralizado en la trampa del análisis.
- El nivel de interés y atracción de la mujer es lo que necesita aumentar.
- Si no puedo cambiarlo, no debería pensar en ello, a menos que decida hacer algo al respecto.
- Toda mujer está en un período de prueba de 90 días.

- Trátelas como si a usted no le gustara, o como si ya estuvieran casados. Ellas trabajarán por su aprobación.
- El amor se parece al mercado libre; nunca obtiene lo que merece - sólo lo que negocia.
- ¡La única cosa en la cual una mujer realmente está interesada es en el modo en el que el hombre la hace sentir!
- Si la pone sobre un pedestal pronto, probablemente la perderá a largo plazo.
- No tome decisiones en un estado emocional de inseguridad. Espere hasta que tenga la actitud correcta.
- No haga presunciones o conjeturas sobre el mundo de la chica. Concéntrese en lo que vea.
- Relax. Afloje sus pensamientos. No trate de adivinar lo que viene ahora; no tiene ni idea.
- Objetivamente observe su comportamiento: ¿Qué haría ella si estuviera interesada o atraída por usted? Si ella quiere algo, hará lo que sea necesario para tenerlo. Sólo sus acciones muestran como realmente siente hacia usted.
- Si trata de pensar en lo que ella está pensando, es que ha perdido el control. ¡Recupérelo!
- ACTUE. No reaccione.
- No debe creer comportamientos o palabras como indicadores verdaderos, a menos que sean consecuentes.
- Mentalmente acepte lo peor - que no la tiene en absoluto - y parta desde ahí. Déjela ir...
- Esté agradecido de lo que usted tiene. Gratitud. Usted nunca será feliz con lo que usted quiere hasta que usted sea feliz con lo que usted ya tiene.
- Los estados que normalmente son importantes para toda mujer son la comodidad y la seguridad, la conexión emocional, entonces el resto vendrá solo.
- Cuando hago mi trabajo, puedo no conseguir el sexo, pero nunca me **olvido** [de intentarlo].
- La lógica femenina no es su lógica. Ellas no piensan del mismo modo, así que no espere que lo que funciona para usted va a funcionar para ella.
- Recuerde; una vez que se haya quemado, no deje de jugar con el fuego - **dome la llama.**
- No importa a qué distancia haya bajado por el camino incorrecto, ***vuélvase para atrás***.
- Las mujeres aman la sorpresa, la aventura, y lo inesperado. Esto despierta su lado aventurero interior... que puede llevar a cosas muy buenas.
- Nunca sea demasiado previsible. Y no haga las cosas por obligación.
- Cada mujer son prácticas para la siguiente.
- Encuentre, Conozca, Atraiga y Cierre.
- No interprete mal el silencio como evitación o desinterés.
- Averigüe lo que hace feliz a una mujer y déselo.

- Ninguna mujer quiso nunca a un hombre que pudiera controlar fácilmente.
- La belleza es superficial, pero el carácter está en los huesos.
- Dele la oportunidad de preguntarse lo que usted está haciendo, y cuando vaya a verla de nuevo. Deje que le eche de menos.
- Personalmente tengo el hábito coquetear, bromear y divertirme **con cada** mujer que me encuentro, sólo para mantenerme en forma.
- Las cinco palabras son, dichas con sinceramente: ¡No tengo miedo de nada!

**En el fono, la mayor parte de las mujeres buscan lo mismo, así que puede conseguir a una buena que le trate bien y le haga feliz.**

**EL APÉNDICE II:**

**Diez Primeros Signos de que no Hace caso al Principio de Verdad.**

De vez en cuando todos nosotros necesitamos un poco de ayuda para mantener nuestra actitud correcta, sobre todo en el etapas iniciales de una relación. También es fácil nublar su visión con ilusiones. Aquí están algunos signos de advertencia que no debería ignorar:

**1) La mujer tiene muchas excusas.**

- Si se encuentra preguntándole mucho "¿Por qué haces esto…?" y recibiendo respuestas inconsecuentes, puede estar con alguien que simplemente no esté interesado. Típicamente entra en interrogatorios sobre su comportamiento porque la mujer demuestra indiferencia hacia usted. Ejemplo: Le pregunta por qué no le coge la mano, o le besa en los labios, o le presta atención en las fiestas. Ella sale con motivos artificiales y rebuscados. Da excusas porque no entiende de donde procede su carencia de entusiasmo y comportamiento indiferente. Tiene que decir algo para justifica su comportamiento, pero no es creíble. **Remedio**: Decídase si realmente está interesada en usted. La falta no está realmente en el comportamiento de la chica, sino en el suyo. Recuerde: No puede molestar a una mujer para que le de lo que necesita. Mire con distancian la relación y reexamine la situación, luego déjela si es necesario.

**2) Se pregunta preocupado con quién va, lo que hace, etc.**

- Está obsesionado. Ha caído en una espiral descendente que consumirá su alma. **Remedio**: Salga y conozca a otras mujeres. Se ha hecho demasiado a esta mujer, y si sigue así, la va a espantar, garantizado.

**3) Le compra cosas para que se sienta obligada con usted, esperando sexo.**

- Está bajo la percepción desacertada de que el único modo de sentirse valorado por una mujer consiste en cuando la soborna o le paga de algún modo. Piensa que ella sólo se acostará con usted o será vista si la compensa. **Remedio**: Deje de tratarla como a una prostituta. Salga y consiga una prostituta de verdad o comience a mostrarle que no es un idiota crédulo guardando su dinero en la reserva para mujeres que lo merecen.

**4) Ella coquetea con otros todo el tiempo.**

- Ella es probablemente joven, o no muy segura, o ambas. Las mujeres que necesitan la atención masculina contantemente son del tipo de mujer de las que despiertan con facilidad la cólera masculina, sólo le ama cuando están solos para hacerle feliz, pero cuando están rodeados de otros le suele sacar de sus casillas. Probablemente necesita la atención de otros, para conseguir la atención de usted. **Remedio**: Decida si es sólo una coqueta sin esperanzas, o está actuando por otra necesidad más profunda. Si sospecha que ella trata de ponerlo celoso, tiene que parar le los pies inmediatamente. En primer lugar, ***<u>nunca</u>*** actué celoso sobre lo que ella hace con otro hombres, aun si esto le está quemando por dentro. Si reacciona a sus celos, ha perdido. Simplemente le dice que la mujer que se quede con usted y comparta su tiempo le trata como si usted fuera el único hombre del mundo cuando están juntos. Punto. Si quiere bien, y si no… ¡Adiós!

**5) La llama mucho, y ella nunca le llama.**

- Podría estar interesada, o no. Mientras no la esté llamando demasiado a menudo, y todavía salga con otras mujeres, la cosa va bien. Sin embargo, podría ser un indicio de su indiferencia, y tiene que averiguar si es así. Si esto sigue ocurriendo con el tiempo, considérelo una bandera roja. **Remedio**: Si no han quedado muchas veces, tiene que tomar la responsabilidad de iniciar

el contacto e invitarla a salir. Si después de unas semanas, ella todavía muestra pocos indicadores de deseo de quedar juntos, debería analizar con severidad la atracción e interés que la chica tiene por usted. Algunas mujeres son raras y no suelen devolver las llamadas telefónicas - hasta a sus propios familiares. Pero eso no significa que debe aceptar este comportamiento si no es lo que desea en una relación. Dígale que le gustaría recibir la cortesía de una llamada de teléfono cuando la llama. Si recibe muchas excusas, vea la Nº 1 encima. Recuerde: no discuta con su naturaleza. En cambio, salga y encuentre a alguien que se comporta de un modo con el cual se encuentra bien y cómodo.

**6) El sexo se ha reducido considerablemente.**

- Esto casi siempre es un indicador de bajo nivel de interés y atracción porque ha dejado de hacer las cosas que la atrajeron al principio, como la demostración de las Tres S. El hombre comienza a dar cosas por sentadas. El sexo es algo más que un impulso primario, y ella por lo general deja de quererlo porque algunas de sus necesidades de nivel más alto no están siendo satisfechas. **Remedio**: Tiene que aumentar las Tres S en combinación mágica con el Desafío. Drásticamente. Deje de dar cosas por sentadas. Si realmente quiere conservar a una mujer interesada a largo plazo, nunca puede dejar de lado su Seguridad en sí mismo, su Autodisciplina o su Sentido del humor. Cuando desafía suficientemente a una mujer para mantener su interés, la mantiene sexualmente interesada también.

# EL APÉNDICE III: Lo que Dice / Lo que Realmente *Quiere decir*

Esto es una prueba de frases usted tendrá noticias de mujeres, y lo que ellos **realmente** significan. Use las interpretaciones y este entendimiento para vencer sus objeciones y pruebas.

- "**¿Piensas que estoy gorda?" (o preguntas similares sobre su aspecto)**
  - **Error Potencial**: Si su chica ha cogido unos kilos suplementarios, podría parecer hasta tentador decírselo. El error consiste en que ella le pregunta y quiere saber si debería perder peso. No es por eso por lo que lo está preguntando realmente.
  - **Traducción**: "me siento insegura conmigo misma y necesito algo de tranquilidad. Mi atractivo equivale a buena parte de mi autoestima, y quiero saber si tu todavía me quieres."
  - **Lo que debe decir**: "no, eres *maravillosa*. ¿Por qué pregunta eso?" Añada un pequeño abrazo y una caricia. Dígale que ella es deseable. Entonces averigüe cual es la verdadera cuestión.

- "**¿Eres un Ligón?"**
  - **Error Potencial**: Inmediatamente piensa que ella le ha descubierto. Ella sabe que es uno de esos hombres, los Hombres Malos que seducen mujeres. Siente la culpa colectiva del género masculino que le barre como una ola del océano.
  - **Traducción**: "Estoy atraída por ti, y quiero ver si puedes vencer mi miedo de que me hagan daño antes de que vayamos más lejos." Ella trata de proyectar su miedo en usted convirtiéndole en un potencial Hombre Malo. Oiga, ella puede sentirse mejor sobre esto si piensa que podría ser "un ligón". También, ve que es atractivo para otras mujeres, y se pregunta si queda con muchas otras. Lo que parece preguntar no es la verdadera cuestión. Ella expresa sólo sus miedos.
  - **Lo que debe decir**: "realmente he estado citándome con treinta o cuarenta mujeres este mes. Estoy en mi cuota del trimestre." Sonrisa satisfecha. Use el humor y desvíese. Desvíese, desvíese, **desvíese**. Esta es una pregunta que *nunca* podrá contestar a su satisfacción. Si le dice "Sí", se convierte en un hombre potencialmente poco fiable. Si dice, "No" todavía sigue perdiendo, porque falló la prueba de demostrar confianza bajo la luz de la inseguridad de ella. La chica pensará que no es realmente deseable para otras, y su interés bajará. Y como siempre, termine con: "¿por qué me preguntas eso?"

- **"No quiero entrar en una relación."**
  - **Error Potencial**: como ella dijo esto, piensa que no quiere entrar en una relación. A veces esto es verdad, pero no lo sabrá de sus palabras; lo verá en sus acciones y sus circunstancias. Si han sido unas semanas de pareja difíciles, entonces probablemente dice la verdad. Sólo usted puede analizar la situación y ver si sólo está mostrando una pantalla defensiva.
  - **Traducción**: "no quiero que me hagan daño." **También**: "esto es una prueba. Quiero ver si eres necesitado y tienes prisa por el romance/sexo/etc.. Si tu discutes conmigo de algún modo, no eres una posibilidad."
  - **Lo que debe decir**: "¿Relación? ¡Para el carro! P*odría* estar interesado en **una amistad**, pero no antes de que nos conozcamos mejor. ¿Siempre vas tan fuerte con los chicos que acabas de conocer?"

**- "¿Te citas con a otras chicas?"**

- **Error Potencial**: Otra vez, probablemente se sentirá pillado si ella le saca esta pregunta. En primer lugar, supondré que tomó mi consejo y se está viendo con otras mujeres. Su primera inclinación será aflojar y tratar de cumplir las expectativas de la chica. Cree que si ella sabía que se estaba viendo con otras mujeres, no tendría ninguna posibilidad, entonces miente (dice "No"), o quizás entre en una conversación donde parece decir lo que ella quiere oír a fin de conseguir lo que quiere, y concuerda con la monogamia prematura - antes de que hayan tenido sexo.
- **Traducción**: "quiero saber si tengo competencia" Probablemente esta pregunta esté relacionada con la de "¿Eres un Ligón?. Ella quiere saber si puede arriesgarse contigo.
- **Lo que debe decir**: "Aunque todavía pienso que seríamos grandes amigos, no estoy seguro de si estoy listo para citarme con una sola persona. Tampoco me siento cómodo hablando sobre con quien podemos vernos y con quién no. ¿Por qué me preguntas eso?"

GRAN CONSEJO: Cuando todo lo demás falla, puede evitar un choque y quemarse usando la estrategia que mostré antes: **Conteste a su Pregunta con otra pregunta**. Mi favorita es "¿Por qué me preguntas eso?" Esto sobre todo es verdad para ella sí/no preguntas. Todavía me acuerdo de los dibujos animados de Bugs Bunny dónde Bug le pregunta a Elmer Fudd, "Sí o no, ha dejado de pegar a su esposa?" "Uhmm, **sí**… er, **no**, er, quiero decir…" la persona que hace las preguntas es la que controla la conversación.

De hecho, esto **siempre** es una buena idea, así descubrirá que sus preocupación u objeción no siempre tienen un fundamento real, y si le da la oportunidad de hablar un poco más, se acercará a su verdadera razón.

## EL APÉNDICE IV: Cosas Descaradas para Decir

Las mujeres lo aman si se muerta un poquito *cocky*. Aquí he puesto algunas frases para analizar, volver a escribir y usar hablando con mujeres. Funcionan si no las dice en tono débil o necesitado. Una vez que haya conseguido entenderla, verá que casi cada situación le da una oportunidad de provocar y ser un poco descarado. El punto clave en la utilización de esta clase de acercamientos es influir en su humor, porque esto es lo que quita hierro a lo que podría ser considerado un comentario arrogante. (También note, cuantas veces el estereotipo femenino se dio la vuelta. Esta es una gran manera de burlarse de los roles sexuales y ser entendido como conocedor de ambos sexos.)

- (Disfrutando de unas risas.) "No me digas que quieres volverme a ver. Tengo que tener cuidado con las acosadoras, espero que no seas una de ellas."

- "Y si yo dijera que prefiero que sólo seamos amigos. Eres agradable, pero no estoy listo para entrar en una relación." (Dicho con tono *muy sarcástico*.)

- "Oye, si me das tu número de teléfono, prometo que sólo dejaré veinte mensajes al día. ¿Esto no es demasiado malo, verdad? Te sentirás realmente popular."

- "Iré en coche, si mantienes tus manos quietas. Lo veo en tu mirada, sólo soy un objeto sexual para ti." (Dicho con falsa indignación.)

- En un ascensor con una mujer atractiva: ¿no te molesta cuándo todo el mundo se queda mirando los números? Ah, ¿probablemente deseas saber más acerca de la gente *simpática* que va en el ascensor y comienza a ligar contigo?" (Sonrisa, tono muy relajado.)

- En una barra atestada: ¿me has tocado el culo? ¡Qué grosera! ¡Ni te conozco!"

- Pasa alguien en una barra: "¿Acabas de echar un vistazo a mis tetas? ¡No me lo puedo creer! Desde que conseguí la cirugía de reducción, todos me miran fijamente. Es tan grosero."

- Con una mujer que ha iniciado la conversación sobre sexo: "Creo que el sexo está sobreestimado. La verdad es que estoy en un nuevo programa de desarrollo interior que dice que tengo que practicar la abstinente para hacerme más atractivo." (agítese y tiemble a propósito)

- Ella menciona a los niños: ¿Sííí? ¿Te gustan los niños? Bien, no estoy seguro de si estoy listo para quedar embarazado aún. Quiero decir que tengo las caderas para ello, es sólo que podría ganar mucho peso."

- Ella habla de dinero: "oye, esto suena a quieres casarte con la fortuna de mi familia."

- Ella habla de su familia: "Me encantaría hablar de mi familia, pero mi tío, *Ted Turner*, me dijo que nunca dejara caer nombres para impresionar a alguien. Seguramente cuando estés con amigos como *los Kennedys*, la gente hablará. Estoy cansado de *Bill Gates* que llama a mi casa para el apoyo técnico."

- En una Lavandería automática: “ Oye,¿ Acabas de mirar en mi cesta de la ropa? No dejo por lo general a las mujeres ver mi ropa interior tan pronto. ¿Tratas probablemente de averiguar si soy un buen chico por mis calzoncillos o un Pervertido?.”

- Durante un silencio: ¿Es uno de esos silencios incómodos? Me preguntaba cómo era uno de esos. Tú los llevas muy bien. Has conseguido algunos puntos por esto.” (Sonrisa)

## EL APÉNDICE V: Sitios para Encontrar a Mujeres

- ✓ Inauguraciones de Arte
- ✓ Online
- ✓ Amigos
- ✓ Fiestas de recaudación de fondos y acontecimientos
- ✓ Ferias de arte
- ✓ Museos
- ✓ Librerías
- ✓ Conciertos
- ✓ Fiestas de cata de vinos
- ✓ Festivales de cine
- ✓ Fiestas de solteros
- ✓ Cruceros
- ✓ Acontecimientos de la iglesia
- ✓ SP
- ✓ Clases de yoga
- ✓ El gimnasio
- ✓ Campo de golf
- ✓ Club de campo
- ✓ Ligas de deportes mixtas
- ✓ Voluntariado
- ✓ Hábitat para Humanidad
- ✓ Los solteros de la red
- ✓ Campañas políticas
- ✓ La Cruz Roja
- ✓ Programas de alfabetismo
- ✓ Organizaciones de artistas
- ✓ Lecciones de baile

**Oportunidades en su vida diaria**

- ✓ En el tren o autobús
- ✓ Esperando en una línea - tienda de comestibles, bancos, el restaurante o la cola de un Burger.
- ✓ En una gasolinera o estación de servicio
- ✓ En un avión
- ✓ En el ascensor
- ✓ En una Lavandería automática
- ✓ En una cafetería

***¡CUALQUIER LUGAR DONDE VEA*** A UNA MUJER!

No es que no haya oportunidades; es que *imagina demasiados obstáculos.*

**APÉNDICE VII: Lenguaje corporal**

El consejo más simple sobre lenguaje corporal que puedo darle es que si una mujer está activamente involucrada en la conversación, usted será por lo general consciente de ello, y deberá seguir adelante. Sin embargo, en ciertos ambientes, ella puede ser más difícil de leer. Aquí están algunos indicadores que puede usar para ayudarse.

| **ESTOY INTERESADA** | **NADA de NADA** |
|---|---|
| Mirada(s) ocasional | Nunca le echa una ojeada |
| Le mira durante un breve instante | Evita Contacto Visual |
| Sostiene su mirada | Miradas hacia otro lado rápidamente |
| Miradas abajo | Miradas a nivel de ojos |
| Cambios de postura, miradas alerta | Permanece misma Postura |
| Los brazos están abiertos | Cruzados |
| Se atusa el pelo, se arregla | No se hace ningún ajuste |
| Está orientada hacia usted | Rechaza el cuerpo |
| Inclina la cabeza | Permanece vertical |
| Los ojos se cierran ligeramente | Ojos permanecen normales |
| Sonrisas | Cara Neutra, cortés |
| Refleja su Postura | Postura sin alterar |
| Los ojos brillan | Ojos Normales o embotados |
| Lame sus labios | Labios cerrados o apretados. |

| **SIGO HABLANDO** | **ME VOY** |
|---|---|
| Atenta, enérgica | Agitada, impaciente |
| Los pupilas dilatadas | Pupilas Normales o pequeñas |
| Gradualmente se abre la postura | Postura cerrada |
| Baja la bebida | Mantiene la bebida alta |
| Se toca suavemente | Apretones o se pellizca |
| Las caricias son Apretones | No le toca |
| Cruza y descruza las Piernas | Piernas cruzadas |
| Destellos de palma abierta | Gestos de mano |
| Las piernas cruzadas Oscilaciones | Estables |
| Pende el zapato | Guarda el zapato |
| Las manos nunca tocan la cara | Toques de cara |
| Lo toca con cualquier excusa | Nunca le tocan, parece evitan tocar |
| Pies asentados | Pies en bordes |
| Se suelta algo | Se ajusta algo |
| Se inclina adelante | Se inclina lejos |
| Manos estables | Golpeo de pies, tamboreo |

**Referencias y Lista de Libros Recomendados:**

- **Piense y Hágase Rico -** Napoleón Hill - Desarrollo de una mentalidad de acción, así como entender los principios del pensamiento GRANDE.

- **El Arte de guerra -** Sun Tzu - Desarrolle una mentalidad estratégica.

- **El Tao de Poof** - Benjamin Hoff – Enseñanzas sencillas de Taoísmo.

- **Despierte el Gigante que lleva dentro -** Tony Robbins - Desarrolle usted mismo su carácter.

- **Lead the Field –** Earl Nightingale- Desarrollo de su actitud y entendimiento del éxito

- **Dominando el Arte de Vender -** Tom Hopkins, consejo esencial para citas, negociación interpersonal, persuasión.

- **No te ahogues en un vaso de agua -** Richard Carlson - Este es un libro que considero esencial para entender como su pensamiento y estados de ánimo afectan su vida, y realmente cual es la felicidad.

- **Como Ganar a Amigos e Influir sobre las personas -** el texto clásico de Dale Carnegie que le ayuda a entender la influencia interpersonal.

La mejor referencia es su propia experiencia. Busque en ella. Cultive su propia experiencia de primera mano con las citas, y luego descompóngala como he hecho yo y tendrá mucho éxito.